A
Guide to Home Nursing

THE ST. JOHN AMBULANCE ASSOCIATION

D. N. MARKER
&
D. F. PANTHAK.

Adopted as a "Text Book" in Gujarati by the Bombay Presidency Centre of the St. John Ambulance Association.

A Guide to Home Nursing

BY

DARASHAH NUSSERWANJI MARKER,

AND

DOSABHAI FRAMJI PANTHAKI,

AUTHORS OF

"A Glance on Human Anatomy

AND

Guide to Treat Cases of Accidents"

AND

Hon. Brigade & Class Secretaries, St. John Ambulance Association.

BOMBAY.

1906.

This Manual is largely based on Drs. Brown and Carvell's "Catechism on Home Nursing", and has been published with the permission of His Lordship the Marquess of Breadalbane, and Central Executive Committee, St. John's Gate, to whom the Authors desire to express their best acknowledgments.

સેંટ જૉન ઍમબ્યુલન્સ ઍસોશીએશનની મુંબઇ ખાતે-
ની શાખાએ "ટેકસ્ટ બુક" તરીકે મંજુર કરેલી

દરદીનું દુઃખ નીવારણ.

જેમાં

દરદીની માવજત કરતી વેળા ધ્યાનમાં રાખવાજોગ
સુચનાઓનો સવાલ જવાબના આકારમાં
સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે.

લખનાર

દારાશાહ નસરવાનજી મારકર,

તથા

ડોસાભાઇ ફરામજી પંથકી,

તે

"શારીરીક તપાસ" તથા **"અકસ્માતીક ભોગ્યો"**ના કર્ત્તા,

તથા

ઑનરરી બ્રીગેડ તથા કલાસ સેક્રેટરીઓ,
સેંટ જૉન ઍમબ્યુલંસ ઍસોશીએશન.

મુંબઇ.

૧૯૦૬.

વૈરાગ પ્રીનટીંગ પ્રેસ,
મનોરદાસ સ્ટ્રીટ, કોટ,
મુંબઈ.



MR. GEORGE LUND, J.P.

To

George Lund Esq., J.P.,

Hon. Secretary, St. John Ambulance Association, Bombay Presidency Centre,

IN ADMIRATION

OF

His having taken an initiative in popularizing the Ambulance Work in the Bombay Presidency

AND

IN APPRECIATION

OF

His well-known generosity, unceasing courtesy and parental sympathy for the poor and the afflicted,

THIS LITTLE WORK

is most humbly and respectfully dedicated.

BY THE AUTHORS.

અર્પણ પત્રિકા.

અમારા માનવંત અને મહેરબાન મીત્ર,

જ્યૉર્જ લુંડ એસકવાયર, જે.પી.,

તે સેંટ જૉન ઍમબ્યુલંસ ઍસોશીએશનની
મુંબઇ ખાતેની શાખાના સેક્રેટરી,
તેઓને
મુંબઇની જાહેર પ્રજામાં "અકસ્માત વેળા તાત્કાળીક ઉપાય
કરવાને લગતું જ્ઞાન" ફેલાવવામાં એ વીરલા નરે જે
સર્વથી પેહેલી શરૂઆત કીધી તેની પ્રસંસા
માટે તથા તેમના અમીરી ખવાસ અને ગરીબ
ગોરબા તરફ એક પીતા સમાનની તેમની
દીલસોજી માટે તેમજ અમો પ્રત્યેના
તેમના ચાહની એક નમ્ર યાદમાં

આ નાનકડું પુસ્તક

મોટાં માન અને મોહબત સાથે
અમો
અર્પણ કર્યે છીયે.

દારાશાહ નસરવાનજી મારકર.
ડોસાભાઇ ફરામજી પંથકી.

OPINIONS AND REVIEWS.

Sir Bhalchandra Krishna, Kt., L.M., J. P., writes :—

I have much pleasure in accepting the two books, *viz* :—" A Guide to Home Nursing " and " A Glance on Human Anatomy and Guide to Treat Cases of Accidents "...I hope they will be of great use......As the books are written in Gujarati, I am sure they will be of great service to the Gujarati knowing public, both males and females. (Bombay, 8th October 1906).

Dr. N. N. Katrak, L.M. & S. J.P., writes :— *A Guide to Home Nursing* :—I have read this book with considerable interest and am very much impressed with the ability and care bestowed on its preparation. The arrangement is excellent and the language easy and clear. It is surprising to find so much matter compressed in such a small volume. The book ought to be in the hands of every pupil in a girl's School and would be available also

to boys as well. I congratulate the authors upon having produced such an excellent little book.

A Glance on Human Anatomy and Guide to treat cases of Accidents :—The book appears to be a further development of the First Aid to the Injured. The Anatomical portion though small is very useful and necessary. But the portion dealing with the treatment of accidents is all that could be desired. The chapters are short but sufficient for the purpose of giving an idea as to the treatment to be adopted. This book as well as "A Guide to Home Nursing" do credit to the authors Messrs Marker and Panthaki. (Bombay, 24th October 1906).

Dr. Dinanath B. Naik Dandekar, L.M. & S., J.P., writes ;—I beg to acknowledge receipt of your two Gujarati Manuals *viz.*, :—(1) "A Glance on Human Anatomy and Guide to treat Cases of Accidents," (2) "A Guide to Home Nursing" with manifold thanks and inform you that I have fully gone through the pocket manuals and it gives me very great pleasure to state that the simplicity of

the Gujarati language in editing these manuals has been the principal factor in increasing the utility of the books by all classes. Both the manuals have been a very handy source of reference in administering skilful help in cases of accidents and the "Guide to Home Nursing" has been specially conducive in completing the guidance of careful after-treatment of such accidents or sudden illnesses. On the whole, I can honestly say that the services that you have rendered by giving the use of these manuals to the public are really most commendable and more so when your efforts have been in the direction of helping the cause of human sufferings. I am of opinion that no house should be without these manuals. (Bombay, 13th November 1906).

Dr. Kavasji Edulji Dadachanji, L.M. & S., J. P., writes:—I have gone through your booklets on "A Guide to Home Nursing" and "A Glance on Human Anatomy and Guide to treat Cases of Accidents" in Gujarati. To me they appear to be useful to those who want to study the subjects. They are in the form of questions and answers and nicely arranged. (Bombay, 23rd October 1906).

Dr. Ardeshir D. Jilla, L.M. & S., writes :— I acknowledge with thanks the two handbooks "A Guide to Home Nursing" and "A Glance of Human Anatomy and Guide to treat Cases of Accidents," of which you have the honor to be the joint authors.

According to my opinion, I find the former to be a very useful thing...to be in the hands of young women, all of whom may be, at any period of their life, called upon to do the part of a nurse.

The latter bids well to make one an "Emergency Doctor"—(Bombay, 24th October 1906).

Rao Bahadur Narayan T. Vaidya, J.P., writes :—I am very much obliged to you for sending me your books on "Treatment of Cases of Accidents" With a Glance on Human Anatomy" and on "Home Nursing." I perused the books with great attention and was pleased to find that with their simple style and language, they will be useful not only to those who join the St. John's Ambulance Association, but even to other intelligent readers. To ladies especially the books will

be very valuable. You have done real service to all Gujarati speaking public, and I am sure, your books will be well appreciated by them. I wish you success in your endeavour to impart useful knowledge in an Indian language.

Your dedications are also very appropriate. Mr. Lund, as Honorary Secretary of the Association, has done so much for popularizing very useful Institution. Dr. D. B. Naik Dandaekar has also spared neither pains nor money in the work of the Association. (Bombay, 26th October 1906).

Mr. N. G. Welinkar, M.A. L.L.B, J.P., Hon. Secretary, the Dadabhoy Nawroji Poor Boy's Seminary, writes:—I beg to acknowledge, with best thanks, the receipt of your "Guide to Home Nursing and a Glance on Human Anatomy" etc. Both of them are very useful books and are written in a clear, simple and interesting style. (Bombay, 23rd October 1906.)

Mr. Framji Bomonji Master, B.A., Head Master, Fort and Proprietary High School,

writes :—Your two books "A Guide to Home Nursing" and "A Glance on Human Anatomy and Guide to treat Cases of Accidents," contain much useful information, and will be a great help in imparting a knowledge of the methods to be used in treating sick persons, affording relief and giving first aid to the injured, who are very often left to themselves when medical aid is not at hand. The books being written in Gujarati will prove useful to a large number of readers who are prevented from having access to similar books in English owing to their ignorance of that language. (Bombay, 13th November 1906.)

["મુંબઇ સમાચાર"—તા૦ ૧૪મી નવેંબર ૧૯૦૬]

શારીરીક તપાસ તથા અકસ્માતીક બોધ્યો.

"શારીરીક તપાસ તથા અકસ્માતીક બોધ્યો" નામની ચોપડી મેસર્સ દારાશાહ નશરવાનજી માસ્કર તથા ડોસાભાઇ ફરામજી પંથકી તરફથી પ્રગટ કરવામાં આવી છે. તેમાં શરીરને લગતા ભાગો, તે માહેલી ધોરીનસો, નસો, માંસના લોચા, જ્ઞાનતંતુઓ હાડકાં વગેરેનું ટુંક વર્ણન આપ્યા ઉપરાંત અકસ્માત વેળાએ તાબડતોબ એલાજ કેમ કરવા તેની સમજણ સવાલ જવાબના આકારમાં આપવામાં આવી છે. સાંધો ઉતરી જવો કે

લચક આવવી, ગળાંમાં હાડકું કે માંસનો ટુકડો અથવા એવીજ કાંઇ ચીજ ખુંચી બેસવી, ચામડી છોલાઇ જવી કે સેહેજ જખમ પડવો અથવા દાઝી જવી એવી સાદી ઇજા વેળાએ કેવી રીતે કામ લેવું તેની સમજણ આપ્યા ઉપરાંત ડુબેલાં માણસને પાણીમાંથી બાહેર કાહડયા પછી શું કરવું તથા કોઇએ ગળામાં ફાંસો ખાઇ આપઘાત કરવાની કોશેશ કીધી હોય અથવા એક જણે ભુલમાં કે જાણી જોઇ ઝેર ખાધું હોય તેવા ગંભીર મામલા વેળાએ તબીબની મદદ આવી પોહોંચે તે આગમચ કેવી રીતના એલાજ લેવા તે સાદી તથા સેહેલ ભાષામાં દરશાવવામાં આવ્યું છે. અકસ્માત વેળાએ તાત્કાળીક મદદ પોહોંચાડવા માટે ઉભી થયલી સેંટ જૉન ઍમબ્યુલંસ ઍસોશીએશન નામની મંડળીની મુંબઇ ઇલાકાની શાખાએ ગુજરાતી ભાષામાં શીક્ષણ આપવા માટેના વર્ગમાં ઉપયોગ કરવા માટેની "ટેકસ્ત બુક" તરીકે બહાલ રાખી આ ચોપડીની કદર બુજી છે. અલબતે આ ચોપડી દરદીનો એલાજ કરવા માટે તબીબી મદદની જરૂર નહી પડે એવી મતલબથી કાંઇ બાહેર પાડવામાં આવી નથી પણ ખુદ એ ચોપડીની સેવટે જણાવવામાં આવ્યું છે તેમ તબીબી મદદ આવી પોહોંચે તે આગમચ એક દરદીને આરામ આપવા માટે તાત્કાળીક ઉપાયો શું લેવા તેનું જ્ઞાન આપવાની નેમ રાખવામાં આવી છે. તે છતાં ચોકસ સાદી ઇજાના સંબંધમાં આપવામાં આવેલા એલાજ એવા છે કે જો

તુરત લેવામાં આવે તો દરદીને થોડા વારમાં આરામ થઇ જાય તથા તબીબી મદદ મેળવવાની કાંઇ પણ જરૂર રહે નહી. ઘણી વેળા એવા સાદા એલાજો તાબડતોબ લઇ નહી શકવાનો સબબ ફકત દરદના એલાજથી આસપાસનાઓ વાકેફ નહી હોવાનો હોય છે જે અજ્ઞાનપણું દુર કરવા માટે ઉપલી ચોપડી કીમતી થઇ પડશે. દાખલા તરીકે એક ઉમરે પુગેલું માણસ કે છોકરૂં સખ્ત રીતે દાઝી અથવા બળી જતાં તેના દાઝી અથવા બળી ગયલા ભાગની સારવાર કેમ કરવી તે સુઝ નહી પડયાથી તાત્કાળીક ઉપાય લેવાને બદલે ઘણીકં વેળા પાડપડોશી કે તબીબની મદદ મેળવવા માટે દોડાદોડી કરી મુકવામાં આવે છે. એવી વેળાએ ઉપલી ચોપડીમાં આપવામાં આવેલા નીચલા એલાજની વાકેફી ધરાવનારાંઓ શાંત મગજ રાખી દરદીને તુરત આરામ આપી શકશે :—" પ્રથમ દાઝી ગયલા ભાગપરથી કપડાં કાપીને ઉતારવાં. પણ જો કપડું દાઝી ગયલા ભાગને વળગ્યું હોય તો તેને મીઠાં તેલથી અથવા સાલીડ તેલથી ભીંજવી હલવે હળવે કાહડવું. ત્યાર બાદ બળી ગયલા ભાગપર થોડુંક ધાનું કપડું લઇ તેપર સોજું મીઠું સાલીડ અથવા અલસીનું તેલ નાખીને તે બળેલા ભાગપર મુકવું. પછી હવા તેપર દાખેલ નહી થાય તેવી રીતે તે ઉપર સોજો રૂ મુકીને એક પાટાએ તે ભાગ બાંધી લેવો. જો ફોલ્લા ઉઠે તો તે કાપવા અથવા ફોડવા નહીં તથા બળી ગયલા ભાગપર ગરમી દેખાડવી નહી."

દરદીનું દુઃખ નીવારણ.

"દરદીનું દુઃખ નીવારણ" નામની ચોપડી ઉપલાજ ગ્રંથકારો તરફથી બાહેર પાડવામા આવી છે તથા તે પણ સેંટ જૉન ઍમ્બ્યુલંસ ઍસોસીએશનની મુંબઇ ખાતેની શાખાએ "ટેકસ્ત બુક" તરીકે સ્વીકારી છે. ઉપલી ચોપડીમાં દરદીનો ઓરડો સાફસુફ કેવી રીતે રાખવો, ઉડતા રોગથી પીડાતા દરદીની સારવાર કરતી વેળાએ સાજા માણસને ચેપ નહી ઉડે તે માટે કેવી સંભાળથી કામ લેવું, દરદીનું બીછાનું સ્વચ્છ હાલતમાં કેવી રીતે રાખવું, દરદીને કઇ જાતનો તથા કેવી રીતે ખોરાક આપવો, જરૂર વેળાએ દરદીને સેકપોટ કેવી રીતે કરવા તે વગેરેની એક સાધારણ માણસ સમજી શકે તેવી સરળ ભાષામાં લંબાણથી સમજણ આપવામાં આવી છે.

["અખબારે સોદાગર"—તા. ૪ થી નવેંબર ૧૯૦૬.]

શારીરીક તપાસ તથા અકસ્માતીક લોઝ્યો અને દરદીનું દુઃખ નીવારણ.

સેંટ જૉન ઍમ્બ્યુલંસ ઍસોસીએશનની મુંબઇની શાખાના બ્રીગેડ અને કલાસ સેક્રેટરીઓ મેસર્સ. દારાશાહ નસરવાનજી મારકર અને ડોસાભાઇ ફરામજી પંચકી આ પરમારથી મંડલના ખરેખરા ઉતસાહી ઉપયોગી સભાસદો છે.

એ બંને સભાસદોએ "શારીરીક તપાસ તથા અકસ્માતીક ભોમ્યો" અને "દરદીનું દુ:ખ નીવારણ" એવાં નામની બે નાની ચોપડીઓ લખી છે. આ બંને ચોપડીઓ ઍસોસીએશનની શાખાએ "ટેક્ષટ બુક" તરીકે મંજુર કીધી છે. પહેલી ચોપડીમાં શરીરને લગતા ભાગો તે માંહેલી ધોરી નસો, નસો, માંસના લોચા, જ્ઞાનતંતુઓ, હાડકાં વીગેરેનાં ટુંક વરણન સાથે અકસ્માત વેલાએ તાબડતોબ ઇલાજ કેમ કરવા તેની સમજણ સવાલ જવાબના આકારમાં આપવામાં આવી છે; જ્યારે બીજીમાં દરદીની માવજત કરતી વેળા ધ્યાનમાં રાખવા જોગ સુચનાઓનો સવાલ જવાબના આકારમાં સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે. અમો આ બંને નાના પણ ઉપયોગી અને ગુજરાતી ભાષામાં જેની ખરેખરે ખુટ છે તેવાં પુસ્તકો પ્રગટ કરવા માટે મેશર્સ મારકર અને પંથકીને મુબારકબાદી આપીએ છીયે. ઘણીજ સાદી ઇબારતમાં આ ચોપડીઓ લખવામાં આવી છે અને સવાલ જવાબની ગોઠવણ પસંદ કરવા જોગ છે. સાધારણ કે ગંભીર અકસ્માત થાય છે કે આપણા દેશીઓ તાત્કાલીક મદદ આપવાનાં જ્ઞાનની ગેરહાજરીમાં ગભરાઇ અકરાઇ જશે અને તબીબી મદદ આવી પુગે ત્યાં સુધી તે બીચારાને રાહત આપવાને કાંઇબી કરી શકશે નહીં. આ જાતનાં અજ્ઞાનપણાથી ઘણા અકસ્માતો પ્રાણઘાતક નીવડે છે, કે જેમાં જો થોડી અકલ અને સમય સુચકતા વાપરવામાં આવે તો ઘણા અકસ્માતના કેસો ગંભીર રૂપ લે છે અથવા પ્રાણઘાતક

નીવડે છે તેનો ઘણે દરજે અટકાવ થઇ શકે. એવાં જ્ઞાનનો ફેલાવો કરવાની વખાણવા લાયક કોશેશ સેંટ જૉન ઍમ્બ્યુલંસ ઍસોશીએશનની મુંબઇની શાખા અને તેના ઉમંગી અને મહેનતુ સેક્રેટરી મી. જ્યૉર્જ લુંડ કરે છે. જેઓ એ વરગનો લાભ લેતા હોય અને જેઓ અંગ્રેજી ભાષાથી બેનશીબ હોય તેઓને આ ગુજરાતી ચોપડીઓ ઘણી કામની થઇ પડશે તે વીશે તો કાંઇ શક છેજ નહીં પણ જેઓ એ વરગનો લાભ લેઇ નહી શકતા હોય તેઓને અને દરેક કુટુંબને આ ચોપડીઓ વાંચવાની અને તેની એક નકલ ઘરમાં રાખવાની અમો ભલામણ કરશું. કપડાં સલગી ઉઠે, કુતરં યા સાપ કરડે, વીજલીનો આચકો લાગે, કોઇ બેશુધ થઇ, જખમ થાય, ઝેરી હવાથી ગુંગલાઇ જવાનો બનાવ બને, પાણીમાં ડુબી જવાનો વીગેરે અકસ્માતો બને ત્યારે તુરતા તુરત શું ઉપાય લેવા તે "ભોમયા"માં અને નરસીંગને લગતી ઘણી ઉપયોગી સલાહો બીજી ચોપડીમાં આપવામાં આવી છે. અમો આવાં પુસ્તકોને ગુજરાતી સાહીત્ય માટે ઘણા આવકારદાયક લેખયે છીયે.

["રાસ્ત ગોફતાર"–તા૦ ૧૮ મી નવેમબર ૧૯૦૬.]

"દર્દીનું દુઃખ નીવારણ"–"શારીરીક તપાસ તથા અકસ્માતીક ભોમ્યો."

મેસર્સ દારાબશાહ નસરવાનજી મારકર અને ડોસાભાઇ ફરામજી પંથકી નામના જવાન્યાઓ, જેઓ "સેંટ જૉન

ઍમ્બ્યુલંસ ઍસોસીએશન "ના બ્રીગેડ તથા કલાસ સેક્રેટરીઓ છે, તેઓએ ઉપલાં નામવાલાં બે નાનકડાં પુસ્તકો પ્રગટ કરીને, ગુજરાતી સાહીત્યમાં એક જરૂરી ઉમેરો કીધો છે. આમાંની પહેલી લઘુ પોથીમાં દર્દીની માવજત કરતી વેળા ધ્યાનમાં રાખવા જોગ સુચનાઓનો સવાલ જવાબના આકારમાં સમાસ કર્યો છે, અને તે દરેક નીશાળમાં જેમ છોકરા તેમજ છોકરીઓને શીખવવા યા તેઓને ખાનગી રીતે શીખવા અને ગોખવા જોગ છે. એજ રીતે બીજી પોથીમાં શરીરને લગતા ભાગો (જેમકે ધોરી અને બીજી નસો માંસના લોચા, જ્ઞાનતંતુ, હાડકાં વગેરે)નું ટુંક વર્ણન આપીને તેમના સંબંધમાં બનેલા અકસ્માત વેળા તાબડતોડ શા શા ઉપાયો લેવા તે સરસ આકારમાં સહેલ અને સરળ ભાષામાં આપી છે. આવી પોથીઓ જેમ નાની હોય અને જેમ મુખતેસરમાં સઘળી સમજણ આપનારી હોય તેમ તે લોકપ્રીય થઇ પડે છે, અને ઉપલી બંને નાની કીતાબો તેવીજ છે, માટે તેઓ એક કીમતી મદદગાર થઇ પડશે એવી આશા રાખી શકાયછે.

સાંકળીયું.

પ્રસ્તાવના.

આ નાનકડું પુસ્તક લખવાનો હેતુ દરદીની સારવાર કરવા તે કરનારાઓને મદદગાર થઇ પડે તેમજ સેંટ જાન ઍમબ્યુલંસ ઍસોશીએશનને લગતી "હોમ નરસીંગ"ની પરીક્ષામાં બેસનાર ઉમેદવારો માટે તે ઉપયોગી થઇ. પડે એવો રાખવામાં આવ્યો છે. સારી સારવારથી દરદીને ઘણો ફાયદો થાયછે, એટલુંજ નહીં પણ સારવાર કરનારની મમતાળુ વર્ત્તણુકથી દરદી પોતાનાં બીકટ દુ:ખમાં પણ ઘણી વેળા કાંઇક રાહત અને સધ્યારો મેળવે છે; જ્યારે સારવાર કરવાનાં અજ્ઞાનપણાને લીધે તેમજ દરદી તરફની હદ બહારની માયા જે ઘાતકીપણાંનું રૂપ (cruel kindness) લે છે તેને લીધે બીમારનો ખાટલો લંબાય છે, અને બાજે વખત તે પોતાનું દરદ સહન થઇ નહીં શકયાથી પોતાની જીંદગીથી કંટાળી જાયછે. તેટલા માટે દરદીની સારવાર કરવાનું જ્ઞાન સંપાદન કરવું ઘણુંજ અવશ્યનું છે. એ જ્ઞાન આપણી આખી જીંદગી

પર્યંત કોઇ પણ વેળા આપણાં સગાં સ્નેહીઓની બીમા-
રીવેળા અમુલ્ય થઇ પડેછે. એક લખાણ સરળ રીતે સીલ
સીલાબંધ વાંચી જવાથી કેટલીકવાર તે માંહેલી બારીક
વીગતોપર વાંચનારનું ધ્યાન નહીં ખેંચાય એ બનવા
જોગ છે અને તેટલા માટેજ આ નાના પુસ્તકમાં
સારવાર કરવાને લગતી બાબદ સવાલ જવાબના
આકારમાં સમાવી છે, જેથી કેટલીક બારીક વીગતો
જે કેટલીકવાર આપણે કલ્પી પણ નહીં શકયે તે ઉપર
વાંચનારનું ઝટ ધ્યાન ખેંચાય છે.

સેવટે, આ ચોપડીનું લખાણ તપાસવા માટે
અમારા મીત્રો દાકતર દીનાનાથ બાલક્રુષ્ણ નાયક
દાંડેકર, એલ.એમ. એંડ એસ, જે.પી., તથા દાકતર
અરદેસર દાદાભાઇ જીલા, એલ.એમ. એંડ એસ,
એઓએ મેહરબાનીની રાહે લીધેલી તકલીફ માટે
અમો તેમનો ઉપકાર માન્યે છીયે.

મુંબઇ, તારીખ ૧૫ મી સપટેંબર ૧૯૦૬.

દારાશાહ નશરવાનજી મારકર.
ડોસાભાઇ ફરામજી પંથકી.

નં. ૭૨-૭૪, ધોબીતલાવ,
નં. ૯, કરેલવાડી, મુંબઇ.

દરદીનું દુઃખ નિવારણ.

પ્રકરણ ૧ લું.

સ.—દરદીને રાખવાનો ઓરડો પસંદ કરતી વેળાએ કઇ બીના ધ્યાનમાં રાખવી?

જ.—ઓરડો મોટો અને ઉંચી ઉભરણી વાળો જોઇએ. ઓરડામાં ઉપર તથા નીચેથી હવા સહેલાઇથી આવજા કરી શકે એવી મોટી બારીં જોઇએ.

સ.—ઓરડામાં મોટી બારીંની શું જરૂર છે?

જ.—કારણકે એક દરદીની તંદરોસ્તીની બાબદમાં પુરતું અજવાળું ઘણુંજ અવશ્યનું છે.

સ.—દરદીને માટે જે ઓરડો પસંદ કરવામાં આવ્યો હોય તેને કેવી રીતે તૈયાર અને સાફસુફ રાખવો?

જ.—ઓરડામાં ફક્ત જરૂર જોગોજ સામાન રાખવો, દીવાલો વગેરે ઉપરથી ધુળ હોય તે ઝાટકી કાઢવી, અને જમીનને જંતુ મારનારી દવાથી સાફ રાખવી. પાટ્યાંની જમીન હોય તો તેને જંતુ મારનારી દવા સાથે ભેળેળાં ગરમ પાણીમાં બોળી કાઢેલાં કપડાંથી સાફ કરવી.

સ.—દરદીને સુવા માટે પલંગ કેવો પસંદ કરવો જોઇએ?

જ.—આશરે સાડા છ ફુટ લાંબો અને ત્રણથી સાડા ત્રણ ફુટ પહોળો લોઢાંનો પલંગ ઠીક થઈ પડશે.

સ.—જો પલંગની પહોળાઇ વધુ હોય તો તે ફાયદાકારક છે?

જ.—નહીં. કારણકે પલંગની જોઇએ તે કરતાં વધુ પહોળાઇને લીધે સારવાર કરનારને ઘણીજ અડચણ પડે છે.

સ.—સરસ બીછાનું કઇ જાતનું ?

જ.—ઘોડાના વાળથી ભરેલું બીછાનું.

સ.—ઘોડાના વાળ જો ન મળી શકતા હોય તો શાનો ઉપયોગ કરવો?

જ.—કાથો અથવા ભુસાનો.

સ.—કાથાનાં બીછાનાંથી શું ફાયદો થાય છે?

જ.—તે થોડાક પૈસામાં મેળવી શકાય છે તથા ખરાબ થયા પછી તેનો ઘણીજ સહેલાઇથી નાશ કરી શકાય છે.

સ.—ઓઢવા પાથરવાનાં કપડાં કેવાં હોવાં જોઇએ?

જ.—સહેજ ગરમ અને વજનમાં હલકાં જોઇએ.

સ.—શું જાડા ચારસો વાપરવો ફાયદાકારક છે?

જ.—નહીં. કારણકે તેની અંદર દરદીનો પરસેવો પચે છે, તથા તે જોઇએ તેવી ગરમી આપતો નથી.

સ.—જ્યારે ઠંડીના દીવસોમાં બીછાનાંપર કામળી નાખવામાં આવી હોય, ત્યારે કઇ બાબદ ધ્યાનમાં રાખવી?

જ૦—ઘણીજ સંભાળ રાખવી કે કામળીની કરચલી વળે નહીં. કરચલીથી દરદીનાં શરીર પર કોઇ કોઇ વેળા ફોલ્લીઓ ઉઠી ચાંદાં પડે છે.

સ.—ઉનનાં કપડાં દરદી માટે ફાયદાકારક છે?

જ.—નહીં, કારણકે ઉનનાં કપડાંમાં વાસ તથાં ઉડતા રોગોનાં જંતુઓ બહુ વધારે સહેલાઇથી ભરાઇ રહે છે.

સ,—બારીના પડદા કેવાં કપડાંના બનાવવા?

જ.—છીંટના અથવા લેસના.

સ.—મચ્છરદાની વાપરવાની કાંઇ જરૂર છે?

જ.—નહીં, તેથી હવાની આવજામાં અડચણ થાય છે.

સ.—દરદીના ઓરડામાં શેત્રંજી જમીન પર કેવી રીતે બીછાવવી?

જ.—શેત્રંજીના નાના નાના ટુકડા બીછાવવા, કારણકે જમીન સાફ કરતી વખતે તે સહેલાઇથી ઉંચકી શકાય.

સ.—દરદીનો પલંગ ઓરડામાં કઇ જગાએ ગોઠવવો જોઇએ?

જ.—પલંગ બનતાં તુલીક દીવાલથી અલગ અને ચારે બાજુએથી ખોલ્લો જોઇએ, જેથી સારવાર ઘણી સહેલાઇથી થઇ શકે. બીછાનાં પર ચોખ્ખી હવા છુટથી આવજા કરે, પણ દરદીને કાંઇ પણ અડચણ ન પડે તથા તેનાં મોંહપર બારીમાંથી આવતો તડકો

પડે નહીં તેવો બંદોબસ્ત કરવો.

સ.—ઉડતા રોગથી પીડાતા દરદીની સારવાર કરતી વેળા દરદીની કઇ બાજુએ ઉભા રહેવું?

જ.—સારવાર કરનારે બનતાં સુધી પવન આવતો હોય તેવી બારી કે બારણાં પાસે બેસવું, જેથી ઓરડામાં ચોખ્ખી હવા આવે તે પ્રથમ દમમાં જાય.

સ.—સારવાર કરનારને એમ કીધાથી શું ફાયદો?

જ.—ચોખ્ખી હવાને લીધે ઉડતા રોગનાં જંતુ તેના દમમાં જતાં અટકેછે, કારણકે ચોખ્ખી હવા પ્રથમ સારવાર કરનાર આગળથી થઇને પછીજ દરદી આગળ જાય છે.

સ.—ઉડતા રોગથી દરદી પીડાતો હોય ત્યાં કેવી જાતની ખુરસીઓ વાપરવી?

જ.—સાદી લાકડાંની અથવા નેતરભરેલી ખુરસીઓજ વાપરવી.

સ.—દરદીના ઓરડામાં ફુલો રાખવાં ફાયદા કારક છે?

જ.—જો ફુલો રોજ તાજાં બદલવામાં આવતાં હોય તથા ફુલો રાખવાનું વાસણ હમેશાં સાફ રહેતું હોય તો તે ફાયદાકારક છે. ફુલોનાં વાસણમાં જે પાણી રાખવામાં આવે તેમાં થોડી "કૉન્ડીઝ ફ્લુઇડ" નામની પ્રવાહી દવા નાંખ્યાથી વધારે ફાયદો થશે.

સ.—દરદીના ઓરડાની સરેરાસ ગરમી કેટલી જોઇએ?

જ.—૫૫ થી ૬૫ ડીગ્રી સુધી. સાધારણ સંજોગોમાં ૬૦.ડીગ્રી ઘણામાં ઘણી કહેવાય.

સ.– દરદીને ૨૪ કલાકમાં કયે વખતે વધુ ઠંડી માલમ પડેછે?

જ.—પાછળી રાતનાં બે વાગા પછીથી તે સુરજ ઉગે ત્યાંસુધી.

સ.—પારાની શીશી (Thermometer) દરદીના ઓરડામાં કઇ બાજુએ રાખવી?

જ.—દરદીનાં માથાંથી થેાડેક દુર ભીંત પર બારીબારણુંથી દુર ટાંગી રાખવી.

સ.—હુવાની આવજા (Ventilation) એટલે શું ?

જ.—ઓરડામાં ચેાખ્ખી હુવાનું દાખલ થવું તથા ખરાબ હુવાનું નીકળી જવું તે.

સ.—સાધારણ હુવામાં "કારબૉનિક ઍસીડ ગૅસ" કેટલી હેાય છે ?

જ.—દર દસ હુજાર ભાગે ચાર ભાગ "કારબૉનિક ઍસીડ ગૅસ" સમાયલી હેાય છે.

સ.—જે હુવા આપણે ફેફસાંમાંથી દમ વાટે બહાર કાઢીએ છીએ, તેમાં દર દસ હુજાર ભાગે કેટલા ભાગ "કારબૉનિક ઍસીડ ગૅસ" સમાયલી હેાય છે ?

જ.—દર દસ હુજાર ભાગે ચારસેા ભાગનું પ્રમાણુ આવેછે,

સ.—દર એક કલાકમાં એક માણુસ કેટલી

"કારબૉનીક ઍસીડ ગૅસ" દમ વાટે બહાર કાઢે છે, તથા કેટલી પ્રાણવાયુ (Oxygen) પોતાના દમમાં લેછે?

જ.—સોળ ક્યુબીક ફીટ.

સ.—દર માણસ દીઠ દર કલાકે કેટલી તાજી હુવાનો જથો જોઇએ?

જ.—ત્રણહજાર ક્યુબીક ફીટ.

સ.—જો એક ઓરડામાં એક હજાર ક્યુબીક ફીટ હવાનો સમાવેશ થતો હોય તો ત્યાં એક કલાકમાં કેટલી વાર હવા બદલાવી જોઇએ?

જ.—એક કલાકમાં ત્રણવાર તે તદન નીકળી જઇ તેને બદલે ત્રણવાર તાજી હુવા આવવી જોઇએ.

સ.—હુવાની આવજાનો આધાર કઈ ત્રણ મુખ્ય બાબદોપર હોય છે?

જ.—૧. હલકી તથા ભારે ગૅસોના અદલા બદલાપર; (Diffusion); ૨. પવનપર તથા ૩. ગરમ અને થંડો હુવાનાં વજનમાં પડતા ફૂરકપર.

સ.—હુવા ગરમ થયાથી તેમાં શું ફેરપૂાર થાય છે?

જ.—તે ફુલીને હલકી થઇ જાય છે અને તેમ થવાથી ત ઉંચે ચઢવા માંડે છે.

સ.—કઇ હુવા વજનમાં ભારે હેાય છે?

જ.—સાધારણ હુવા કરતાં "કારર્બોનીક ઍસીડ ગૅસ" વજનમાં ભારે હેાય છે.

સ.—ઓરડામાંથી ખરાબ હુંવા બહાર નીકળી જવાને સરસ માર્ગ કયેા?

જ.—ચીમનીમાંથી.

સ.—ઓરડામાં ચેાખ્ખી હુવા દાખલ થવાને માટે ઉત્તમ માર્ગ કયેા?

જ.—બારી વાટેથી.

સ.—દમમાંથી બહાર નીકળેળી હુવા જે ગરમ હેાવાથી ઉંચે ચઢે છે, તેને બાહેર નીકળી જવા માટે શું કરવું?

જ.—એવી હુવા બાહેર નીકળી જવા સારૂ બારણાં અને બારીને મુથાળે કાચનાં પૂડકાં હેાય તેા ઉઘાડાં રાખવાં.

પ્રકરણ ૨ જું.

સ.—ઉડતો રોગ કેવી રીતે ફેલાય છે ?

જ.—એક બીજાને અડવાથી રોગ ઉડે છે, તથા દરદીના શરીરમાંથી નીકળતા પદાર્થો, અથવા તેના દમ વાટે બાહેર પડતા પદાર્થોના સમાગમમાં આવ્યાથી ફેલાય છે,

સ.—ઉડતા રોગનાં ઝીણાં જંતુઓ શરીરમાં કેવી રીતે દાખલ થાય છે ?

જ.—જંતુઓ શરીરમાંહેલી જીણી જીણી રગોની સાથે મજબુત સંબંધમાં આવ્યાથી લોહીમાં દાખલ થાય છે, અથવા તો હવા મારફતે તે દમમાં જઇ અથવા પ્રવાહી મારફતે ગળાઈજઇને શરીરમાં અથવા ચામડીનાં જીણાં છીદ્રોમાં દાખલ થાય છે.

સ.—ઉડતા રોગથી પીડાતા દરદીનાં શરીરમાં

થી બહાર પડતા પદાર્થોના સંબંધમાં સારવાર કરતી વેળા કેવી સાવચેતી રાખવી ?

જ.—દરદીનાં શરીરમાંથી નીકળતા પદાર્થોને બનતાં શુધી હાથે અડકવું નહીં, પણ ચીમટા અથવા તેવાંજ કાંઇ હથયાર અથવા વાસણ મારફતે લેઇ તરત તેવા પદાર્થોનો જંતુનાશકારક દવાઓથી નાશ કરવો, અને આંખને હાથ લગાડવો નહીં, કારણ કે આંખની જીણી રગો મારફતે ઘણો જલદીથી રોગ ઉડે છે.

સ.—સ્થાનીક તાવ (Endemic fever) શાને કહે છે ?

જ.—આ જાતની તાવ એક ચોકસ લત્તામાં હમેશ આવ્યા કરે અને ત્યાંથી બીજા લત્તામાં ઉડી શકતી નથી. જેમકે ટાઢયો તાવ, જે ભીનાશવાલી જગામાં ઉભરી નીકળે છે.

સ.—સર્વવ્યાપક, તાવ (Epidemic fever) તે શું ?

જ.—તાવ કે જે એકદમ ઘણાં માણસોને લાગુ પડે છે, એટલુંજ નહિ પણ એક ગામથી બીજે ગામ ઉડે છે. દાખલા તરીકે, "ઇનફ્લુએન્ઝા" તથા રાતી તાવ (Scarlet fever)

સ.—છુટક તાવ (Sporadic fever) શાને કહે ?

જ.—એ તાવના દરદીઓ કોઈ ઠેકાણે એકાદ બે છુટા છવાયા માલમ પડે છે.

સ.—દરદીને તાવ આવતી હોય તે કેમ જણાય?

જ.—જ્યારે દરદીનાં શરીરની ગરમી ૯૮.૪ ડીગ્રીથી વધુ હોય, ત્યારે તાવ આવતી કહેવામાં આવે છે, અને તેવી વેળા શરીરનાં બીજાં અંગોને જે કામ બજાવવાનું હોય છે, તેમાં ભંગાણ પડે છે.

સ.—મુળ તાવ (Idiopathic fever) શાને કહે?

જ.—આ જાતની તાવમાં તાવ પોતેજ રોગ હોય છે અને તે બીજા કોઇ રોગનું કારણ હોતી નથી.

સ.—સુચક તાવ (Symptomatic fever) તે કઇ ?

જ.—આ જાતની તાવમાં કોઇ બીજાં દરદની નીશાની તરીકે તાવ આવે છે; જેમકે "ન્યુમોન્યા" માં તાવ વધુ રહે છે, માટે તાવની દવા નહિ કરવી, પણ ફેફસાંના સોજાની દવા કરવી, કે જેનાં પરીણામે તાવ આવે છે.

સ.—ફુટી નીકલતી તાવ (Eruptive fevers) કેમ પરખાય ?

જ.—આ જાતની તાવ થોડા દાહડા ચાલુ રહ્યા પછી શરીર ઉપર કંઇ અળઇ જેવી નીશાનીઓ ફુટી નીકળે છે અને પછી તાવનું જોર નરમ પડવા માંડેછે. દાખલાતરીકે, ગોવરૂં (Measles); અછબડા (Chicken pox.)

સ.—ચાલુ તાવ (Continued fever) કેમ જણાય ?

જ.—ચાલુ તાવમાં શરીરપર થોડી ઘણી અળાઇઓ પ્રગટી નીકળવા છતાં તાવનું જોર ઓછું થતું નથી, પણ વધારેને વધારે રહેછે. દાખલાં તરીકે, "ટાઇફોઇડ" તાવ.

સ.—તાવના તબકકા (Stages) કેટલા હોયછે?

જ.—પાંચ.

સ.—એ પાંચ તબકકામાં શું શું ફેરફારો માલમ પડે છે?

જ.—(૧) પહેલો તબકકો, જેને (Incubation period) કહે છે તેમાં તાવનું ઝેર શરીરમાં દાખલ થઈ તેમાં તેનું એક જાતનું સેવન થાય છે. આ મુદત દરમ્યાન શરીરમાં કંઈ તાવ હોતો નથી.

(૨) બીજો તબકકો, જેને (Invasion) કહે છે, તેમાં તાવ પ્રગટી નીકળે છે; દરદીને પાણીની સોસ લાગે છે, મોઢું સુકું થાય છે, અને નાડ જોરમાં ચાલેછે.

(૩) ત્રીજામાં, શરીર ઉપર જીણી જીણી અળાઈ (Eruption) ફુટી નીકળે છે, અને તાવનું જોર નરમ પડે છે.

(૪) ચોથામાં, તાવ ધીમે ધીમે અથવા એકદમ ઉતરી જાય છે. (Defervescence)

(૫) પાંચમાં તબકકામાં, (Convalescence) ધીરે ધીરે શકિત આવી દરદી પાછો અસલ જેવી તનદરૂસ્ત હાલતમાં આવતો જાય છે.

સ.--પહેલા તબકકામાં દરદીની હાલત કેવી રહે છે ?

જ.—દરદી બેચેન જેવો દેખાય છે તથા તે સુસ્ત રહે છે, એ તબકકામાં તાવનાં જંતુઓનું લોહીમાં સેવન થાય છે.

સ.—બીજા તબકકામાં તેની હાલત કેવી માલમ પડે છે ?

જ.—તેને તાવ ધીમે ધીમે યાતો એકદમ જોસભર આવે છે, તરસ લાગે છે, જીભ સુકી થઇ જઇ તે ઉપર થરો બાજે છે, નાડ ઝડપથી ચાલે છે, અને અશકિત વધે છે, તાવ આવવાની શરૂઆતમાં ઘણું કરી લખલખાં ભરાઇ આવે છે, તથા માથું પણ દુખે છે.

સ.—ત્રીજા તબકકામાં તેની હાલત કેવી હોય છે ?

જ.—તેનાં શરીર ઉપર કોઇ તરાંહુનાં ચાઠાં ઉપડી આવે છે. તાવ વધારેજ ચઢતો જાય છે. નાડ વધુ ઝડપથી ચાલે છે અને નબળી પડતી જાય છે. મગજ ઉપર અસર થઇ દરદી લવવાબકવા માંડેછે. આ અસર રાત્રે વધારે રહે છે. દરદીની બેચેની વધે છે તથા તે અરધો બેફામ માલમ પડે છે.

સ.—ચોથા તબકકામાં શું ફેરફારો માલમ પડે છે?

જ.—ધીમે ધીમે તાવ ઉતરવા માંડેછે, કોઈ કોઇ વાર વળી તે એકદમ પણ ઉતરી જાયછે અને દરદી પરસેવાથી ભીંજાઇ જાયછે.

સ.—પાંચમા તબકકામાં શું થાય છે ?

જ.– તાવ ઉતરી ગયા પછી ધીમે ધીમે શકિત આવી દરદી અસલના જેવી તંદરૂસ્ત હાલતમાં આવે છે.

સ.—"ટાઇફૂસ ફીવર" (Typhus fever) કેવી રીતે ઉડે છે?

જ.—ફેફસાં અને ચામડીમાંથી નીકળતા વરાળ મારફતે.

સ.—એ તાવથી શરીરના કયા ભાગપર અસર થાય છે?

જ.—હૃદય અથવા ફેફસાંપર.

સ.—એ તાવનાં ઝેરનું સેવન કેટલા દીવસ ચાલે છે?

જ.—એકથી બે અઠવાડયાં સુધી.

સ.—તાવનેા હુમલેા કેવી રીતે આવે છે?

જ.—ધીમે ધીમે અથવા એકદમ.

સ.—દરદી લવારેા બકારેા કયારથી શરૂ કરેછે?

જ.—પહેલાં અઠવાડયાંની આખેરીથી.

સ.—ફુટી નીકળતી અળાઇ (Rash) નેા આકાર કેવેા હેાય છે?

જ.—શેતુરના રંગનાં ધાબાં જેવો હોય છે.

સ.—અળાઇ ક્યારે પુટી નીકળે છે?

જ.—ચોથે દીવસે.

સ.—"ટાઈફસ ફીવર" માં તાવ કેવી રીતે ઉતરે છે અને એ તાવ થાલુ હોય છે કે પુટી નીકળતા?

જ.—"ટાઇફસ ફીવર" માં તાવ એકદમ ઉતરી જાય છે. એ તાવ ચાલુ હોય છે. સારવાર કરનારે દરદીના શ્વાસથી દુર રહેવું તેમજ તેને કપડાં બદલાવતી વખતે માથું ફેરવી નાંખવું.

સ.—"ટાઇફોઇડ" નામની ઝેરી તાવ (Typhoid fever) કેમ ફેલાય છે?

જ.—આ તાવનું ઝેર ઝાડા તથા પીશાબ મારફતે ફેલાય છે.

સ.—એ તાવનું ઝેર શરીરમાં દાખલ થયા પછી કેટલા દીવસે તાવ હુમલો કરે છે?

જ.—બાર યા તેરમે દીવસે.

સ.—એ તાવ કેવી રીતે હુમલો કરે છે?

જ.—ધીમે ધીમે.

સ.—એ તાવમાં દરદીને લવારો બકારો કયારે શરૂ થાય છે?

જ.—સાતમા દીવસ પછી.

સ.—શરીરપર ચાઠાં કયારે દેખાય છે અને તેનો આકાર કેવો હોય છે?

જ.—બીજા અઠવાડયાંમાં. ચાઠાંનો આકાર ગોલાબી રંગનાં સંખ્યાબંધ ધાભાંના જેવો હોય છે.

સ.—એ તાવ કેમ ઉતરે છે?

જ.—ધીમે ધીમે. રાત કરતાં દીવસે એ તાવનું જોર વધુ હોય છે.

સ.—એ તાવથી ઘણું ખરૂં શરીરના કયા ભાગ પર અસર થાય છે?

જ.—આંતરડાં તથા ફેફસાંપર સોજો આવે છે.

સ.—"ટાઇફોઇડ" તાવ બીજાં કયાં નામે ઓ-ળખાય છે?

જ.—"એનતેરીક" તાવ (Enteric fever).

સ.—એ તાવથી પીડાતા દરદીની સારવાર કરતી વેળા કઇ ચીજ ધ્યાનમાં રાખવી?

જ.—જે વાસણમાં પીશાબ કે ઝાડો કરવામાં આવે તે વાસણો વાપરવા અગાઉ તેમજ વાપર્યા પછી તુરત ખાલી કરી જંતુ નાશકારક દવાથી સાફ કરવાં. દાક્તરના ખાસ હુકમ સીવાય દરદીને માંસનો અથવા સખત ખોરાક આપવો નહીં.

સ.—એ તાવ ચઢ ઉતરની રહે છે કે ચાલુ?

જ.—ચાલુ.

સ.—રાતી તાવ (Scarlet fever) કેવી રીતે ફેલાય છે?

જ.—દમ વાટે, તેમજ ચાંમડીમાંથી નીકળતા પરસેવા અને ઉખડતા પોપડાઓ મારફતે ફેલાય છે.

સ.—રતી તાવમાં ચાઠાં કેવી જાતનાં હોય છે?

જ.—ચલકતા રાતા દાણાનો ઝુમખો શરીર પર દેખાય છે.

સ.—ચાઠાં કયારે દેખાય છે?

જ.—એ તાવના હુમલા પછી બીજે દીવસે.

સ.—શરીરના કયા ભાગપર તે પહેલાં દેખાય છે?

જ.—છાતીપર.

સ.—એ તાવથી શરીરના કયા ભાગપર અસર થાય છે?

જ.—ગળાં તથા ગુરદાપર સોજો આવે છે, અને દરદી સંધીવા તથા ગુમડાંથી પીડાય છે.

સ. —એવા દરદીની સારવાર કરતાં શું ચીજ ધ્યાનમાં રાખવી?

જ.—દરદીને ઠંડી નહીં લાગે તથા ટાઢનાં લખલખાં નહીં ભરાય તે માટે સાવચેત રહેવું. ચાઠાં જ્યારે સુકાતાં માલમ પડે તે વેળાએ "કારબૉલીક" તેલ ચામડી પર લગાડવું.

સ.—ગેાવરૂં (Measles) કેવી રીતે એક બીજાંને ઉડે છે?

જ.—આનું ઝેર દમ વાટે તેમજ શરીરમાંથી નીકળતા પરસેવા, થુંક વીગેરેમાંથી નીકળતી બદબેા મારફત ફેલાય છે.

• સ.—ગેાવરાંનું ઝેર શરીરમાં દાખલ થયા પછી કેટલે દીવસે એ રેાગ ઉભરી આવે છે?

જ.—એક અઠવાડયું પછી.

સ.—એનાં ચાઠાં કયારે દેખાવા માંડેછે?

જ.—ચેાથા દીવસે.

સ.—શરીરના કયા ભાગ પર તે પહેલાં દેખાયછે?

જ.—કપાળપર.

સ.—ચાઠાંનેા રંગ કેવેા હેાય છે?

જ.—ફિકકાં રાતા રંગનાં પણ સહેજ પીળાશ-વાલાં હેાય છે?

સ.—શીતળાનેા રેાગ (Smallpox) કેવી રીતે ઉડે છે?

જ.—દમવાટે તેમજ ચામડીમાંથી નીકળતા પરસેવા અને ઉખડતા પોપડાઓ મારફતે.

સ.--એનું ઝેર શરીરમાં દાખલ થયા પછી તેનું સેવન થતાં આસરે કેટલો વખત લાગે છે?

જ.--એક પખવાડીઉં.

સ.—એનો હુમલો કેવી રીતે આવેછે?

જ.—એકદમ આવેછે.

સ.—એનાં ચાઠાં કયારે દેખાવા માંડે છે?

જ.—ત્રીજે અથવા ચોથે દીવસે.

સ.—એનાં ચાઠાંમાં શું શું ફેરફારો થાય છે?

જ.—પહેલાં તો ઝીણા ઝીણા દાણા શરીર ઉપર દેખાય છે, તે મોટા થઈ તેમાં પાણી ભરાઇને મોતી જેવા થાય છે, ત્યાર પછી તેની વચોવચમાં જરાક ખાડો પડે છે અને પાણી બદલાઇને પરૂ થાય છે. પછી તે દાણા ફુટી જઇ સુકાઇને પોપડા બંધાય છે અને ઘણું કરી ચૈાદમે દીવસે તે ખરી પડે છે.

સ.—એની તાવ કેમ નરમ પડે છે ?

જ.—ધીમે ધીમે.

સ.—એક ઘરમાં જો શીતળાનો રોગ ફેલાયો હોય તો શું કરવું ?

જ.—સારવાર કરનાર તથા ઘરનાં સઘળાં માણસોએ શીતળા આગળ કઢાવ્યા હોય તોપણ ફરીથી કઢાવવા ફાયદાકારક છે.

સ.—ગળું આવવાનો રોગ (Diphtheria) કેવી રીતે ઉડે છે ?

જ.—દરદીના દમવાટે તથા ગળાંપર બાઝતા ઠરાથી એ રોગ ઉડે છે.

સ.—એવા દરદીની સારવાર કરતી વેળા તે ઉડે નહીં તે માટે શું સાવચેતી રાખવી ?

જ.—મોઢાંમાંથી પડતી થુંક તથા નાકમાંથી ગળતી લીંટ કપડાંના ટુકડાથી લુછી નાંખી તે ચીંથરાંને તુરતજ બાળી નાંખવાં. દરદીના શ્વાસથી દુર રહેવું, અને ખાસ કરી જ્યારે તે ઠાંસતો હોય ત્યારે તેની આગળ ઉભા નહીં રહેવું.

સ.—જંતુ નાશકારક દવાઓ કેટલી જાતની આવે છે?

જ.—ત્રણ જાતની.

સ.—પહેલી જાત કઈ?

જ.—જે જંતુઓ શરીરમાં દાખલ થવાથી સંખ્યામાં વધે અને જેને પરીણામે કંઇ ચોકસ ઉડતો રોગ પેદા થાય તેવાં જંતુઓનો નાશ કરનારી અથવા તેઓથી થતું નુકશાન અટકાવનારી દવા (Disinfectants) દાખલા તરીકે:—ગંધકની ધુઈ, કારબૉલીક ઍસીડ, અને કલોરીન ગેસ. (Chlorine Gas)

સ.—બીજી જાત કઈ?

જ.—જંતુઓની વૃદ્ધ્ય અટકાવનારી અને તેઓથી શરીરમાં કોહવાટ વીગેરે ઉત્પન્ન થાય તેને અટકાવનારી દવા (Antiseptics) દાખલા તરીકે;—"પરમેગેનેટ ઓફ • પોટાશ," કલોરીનેટેડ લાઇમ, કોલતાર (Coal tar.)

સ.—ત્રીજી જાત કઇ?

જ.—હવામાં ઉડતાં જંતુઓ ઉપર અસર કરી તેઓથી હવાને શુધ્ધ કરનારી દવા (Deodorizer) દાખલા તરીકે, કોલનવોટર (Eau de Cologne).

સ.—બીછાનાં, કપડાં, ચાદરો વગેરે કેમ સાફ કરવાં?

જ.—૨૧૨ ડીગ્રી "ફેરનહાઇટ" સુધી ગરમ થયલાં પાણીમાં કપડાં ઉકાળીને સાફ કરવાં.

સ.—દરદી ઉડતા રોગથી પીડાતો હોય તે વેળાએ જંતુનાશકારક દવાનો કેમ ઉપયોગ કરશો?

જ.—થોડાંક પાણીમાં "કારબૉલીક ઍસીડ" અથવા "કૉન્ડીઝ ફ્લુઇડ" નાંખવી. પછી તે પાણીમાં એક ચાદર બોળી તેને ઓરડાનાં બારણા બાહેર ઝુલતી ટાંગવી. દરદીના વાપરવામાં જે જે કપડાં આવે તે ઉપર થોડુંક "કૉન્ડીઝ ફ્લુઇડ" છાંટવું અને બનતાં સુધી તે બાળી નાંખવાં, દરદીનાં પહેરેલાં

કપડાં ઓરડામાંથી બાહેર લઇ જવા પહેલાં "કારબૉ-લીક ઍસીડ"નાં " લેાશન " માં બેાળવા પછી ધેાવા આપવાં.

સ.—" ટાઇફૈાઇડ " તાવ, કૅાલેરા, વીગેરેથી પીડાતા દરદીઓના ઝાડા પીશાબનું શું કરવું?

જ.—જે વાસણમાં દરદી ઝાડેા કે પીશાબ કરે તે વાસણમાં પહેલાંથીજ એક ભાગ "કારબૉલીક ઍસીડ"માં ચાલીસ ભાગ પાણી નાંખી બનાવેલું "લેાશન" રાખવું. તે વાસણને ઉપયેાગ થયા પછી તરત તે ઢાંકી દઇ ઓરડામાંથી બાહેર લઇ જઇ તેને વાડામાં ખાલી કરી તે ઉપર થેાડુંક બીજું "કારબૉ-લીક લેાશન" નાંખી વાડેા સાફ કરવેા. ત્યાર પછી તે વાસણમાં જંતુ મારનારી દવા નાંખી બીજી વેળાના વપરાશ માટે રહેવા દેવું.

સ.—ઉડતા રેાગથી પીડાતેા દરદી સારેા થયા પછી તેના ઓરડાને કેવી રીતે સાફ યાને "ડીસઇન-ફૈકટ" કરવેા?

જ.—ઓરડામાં જે સરસામાન હોય તે એકેક-થી છુટો છુટો ગોઠવવો, અને ખુરશીઓ ઉપર બીછાનાં તકીયા, ચાદર તથા દરદીનાં પહેરેલાં કપડાં વીગેરે ગોઠવવાં. ભીંતપર કાંઇ કાગજ વળગાવ્યાં હોય તે કાઢી નાંખવાં. ત્યારબાદ એક લોઢાંની ઠાલીમાં થોડાક ગંધકના ટુકડાઓ મુકી તેને ઓરડાની વચો-વચમાં સળગાવવા, અને બારી બારણાં મજબુત બંધ કરવાં કે બાહેરની હવા અંદર જાય નહીં. ચોવીસ કલાક પછી તે ઓરડાનાં બારી બારણાં ઉઘાડી નાંખવાં; ત્યાર પછી તે સરસામાન વીગેરે "કારબોલીક લોશન"થી ખુબ સાફ કરવાં, તથા દીવાલો ઉપર ચુનો ઢોળાવવો.

સ.—દરદી ઉડતા રોગથી પીડાય છે કે કેમ તે જલદી કેમ જાણી શકાય?

જ.—દરદીને નીચલી બાબદોની પરપુછ કર્યાથી (૧) કોઇ રોગના સમાગમમાં તે આવ્યો હતો કે નહીં, (૨) પ્રથમ તાવનું લખલખું કયારે ભરાયું,

(૩) હુમલાની શરૂઆત ધીમે ધીમે થઇ કે એકદમ, (૪) શરૂઆતની નીશાની શું હતી અને તે કયારે પ્રગટી નીકળી, (૫) નાડની હાલત કેવી હતી, (૬) દમ કેમ ચાલતેા હતેા અને એક મીનીટમાં કેટલી વાર; (૭) તાવ ઘણુંમાં ઘણી કેટલી ડીગ્રી સુધી રહેતી હતી, (૮) દીલ ઉપર કાંઇ ચાઠાં ફુટી નીકળ્યાં હતાં કે નહીં અને ચાઠાંનેા દેખાવ કેવેા હતેા.

પ્રકરણ ૩ જું.

સ.—સારવાર કરનારની પહેલી ફરજ શું?

જ.—દાકતરના હુકમોને માન આપવું.

સ.—બીજી ફરજ કઇ?

જ.—દાકતરને દરદીની ખરી હકીકત કહેવામાં કંઇ પણ બાકી રાખવું નહીં.

સ.—સારવાર કરનારે દરદીનાં પીશાબ કે ઝાડાનું શું કરવું?

જ.—તે તુરતજ બહાર કાઢી નાંખવાં અને દરદીના ઓરડામાં કંઇ પણ જાતની દુર્ગંધ મારતી ચીજ રાખવી નહીં.

સ.—સારવાર કરનારે દરદી સાથે કેવી રીતે કામ લેવું?

જ.—સારવાર કરનારે દરદી સાથે મક્કમપણે પણ માયાથી વરતવું જોઇએ. કદીપણ દરદીને કોઇ બાબતમાં ઠગવો નહીં અને તેનો વીશ્વવાસ જીતી લેવા તત્તપર રહેવું.

સ.—સારવાર કરનારે એક દીવસમાં ઓછામાં ઓછો કેટલો વખત સુધી બહાર ચોખ્ખી હવામાં ફરવા જવું જોઇએ ?

જ.—અડધો કલાક ચોખ્ખી હવામાં બાહેર રહેવું જોઇએ.

સ.—સારવાર કરનારે દરદીની મુલાકાતે આવનારાઓને માટે કેવો બંદોબસ્ત રાખવો જોઇએ ?

જ.—બને તેમ ઓછાં આદમીઓને દરદીનાં ઓરડામાં આવવા દેવા અને તેઓથી દરદીને કોઇપણ તરેહનું નુકશાન ન થાય તેની સંભાળ રાખવી. દરદીના બીછાનાં પર તેઓને બેસવા ન દેવાં, પણ બારી નજદીક તેઓને જગયા કરી આપવી કે તેથી દરદી ઉપર થઇ આવેલી અસ્વચ્છ હવા તેમનાં દમમાં જાય નહી. મળવા આવનારાઓને દરદી સામે એવી રીતે બેસાડવા કે દરદી પોતાનું ડોકું ફેરવ્યા કે મરડયા વગર તેમને બરાબર જોઇ વાતચિત કરી શકે. ઉડતા રોગોથી

પીડાતા દરદીની મુલાકાતે આવનાર ભૂખે પેટે તેમજ ભીનાં કપડાં સાથે દરદીના ઓરડામાં દાખલ ન થાય તેની સંભાળ રાખવી. જોવા આવનાર દરદીના ઓરડામાંથી પાછો બહાર નીકળે તે વખતે તેના હાથ "કારબૉલીક લોશન"થી યા તો જંતુનાશકારક સાબુથી ધોવડાવવાને ચુકવું નહીં. દરદીનાં ખાણાંની વખતે અથવા તે ખાઈ રહ્યા પછી તુરત મળવા આવનારાઓને દાખલ કરવા નહીં.

સ.—દરદીને નહવાડયાથી શું તે થાકી જાય છે?

જ.—હા, તે સહેજમાં થાકી જાયછે, માટે બધા શરીરના ભાગો એકદમ એકી વખત સાફ કરવા નહીં.

સ.—તેનું હાથ મહોડું કયારે ધોવાડવું?

જ.—તે નાસ્તો લેય તે અગાઉ.

સ.—જો દરદી દાતણ કરવાને અશક્ત હોય તો શું કરવું?

જ.—એક સળી ઉપર રૂ વીંટાળી તે ઉપર કપડું બાંધી દરદીના દાંતો સારવાર કરનારે સાફ કરવા.

સ.—ઠંડીના દીવસોમાં દરદીને કેમ નહવાડવો?

જ.—ઠંડીના દીવસોમાં ટાઢ વાગવાનો ઘણો સંભવ રહે છે, માટે હાથ પગ ઉનાં પાણીએ સાફ કરી તેને તુરત ઢાંકી દેવા. પાણીમાં ભીંજવેલો રૂમાલ કે વાહળીનો ટુકડો શરીરપર ફેરવી તુરત એક તુવાલથી દીલ લુછી નાંખવું અને દરદીને તુરત કામળી ઓઢાડવી. નહવાડયા પછી દરદીને ગરમ દુધ તથા સેરવો આપવો.

સ.—કપડાં પહેરાવતી વેળાએ કઇ ચીજ ધ્યાનમાં રાખવી?

જ.—પહેરાવવાનાં કપડાં સુકાં તથા સાફ છે કે કેમ તે પહેલાં તપાસવું.

સ.—જો દરદીનો હાથ યા પગ તુટેલો હોય તો કપડાં કેવી રીતે કાઢવાં?

જ.—પ્રથમ તે સાજી બાજુથી કાઢવાં કે જેથી ઘણું નુકશાન થતું અટકે.

સ.—તેવા દરદીને કપડાં પહેરાવતી વખતે શું કરવું ?

જ.—પ્રથમ જખમવાળી બાજુથી પહેરાવવાં કે જેથી દરદી વધુ હેરાન થાય નહીં.

સ.—દરદી બીછાનાંપર બેસે તે વેળાએ શું સંભાળ લેવી ?

જ.—દરદીને સરદી લાગે નહીં તેની સાવચેતી રાખવી.

સ.—દરદીને ઠંડી લાગતી કેમ અટકાવશો ?

જ.—તેનાં ખભાંની આસપાસ ગરમ ફ્લેનલની શાળ ઓધાડવી.

સ.—દરદીને હવા નહીં લાગે તેમ ધાબળી સાથે તેણે ઓઢેલી ચાદર કેમ બદલવી ?

જ.—ઓઢેલી ચાદર દરદીના ડીલપર રેહવા દઇ પ્રથમ ધાબળી કાઢી નાંખવી અને મેલી ચાદરપર ધોતી ચાદર તથા ધાબળી પાંથરવી. પછી એક જણે

ધેાતી ચાદરના ઉપલા તથા નીચલા છેડાને બીછાનાંની એક બાજુએ ઉભા રહી પકડી રાખવા અને બીજી બાજુએથી બીજા માણસે મેલી ચાદરને તેના ઉપલા અને નીચલા છેડા પકડીને ખેંચી કાઢવી, એટલે ધેાયલી ચાદર અને ધાબળી દરદીનાં દીલપર બરાબર પંથરાઇ રહેશે.

સ.—જે ચાદર ઉપર દરદી સુતેલેા હેાય એટલે બીછાનાંપર જે ચાદર પાંથરેલી હેાય, તે દરદીની સાથેજ કેવી રીતે બદલવી ?

જ.—દરદીને બીછાનાંની બરાબર વચેાવચમાં સુવાડી, મેલી ચાદરના ખેાસેલા છેડા છુટા કરી, તે ચાદરને લંબાઇએથી ગેાળ વીંટાળી દરદીની પીઠ સુધી અરધી લાવવી. ત્યારપછી દરદી જ્યાં સુતેા હેાય તેની બીજી બાજુએથી ધેાયલી ચાદરને પણ, મેલી ચાદરની માફક લંબાઇએથી વીંટાળી બીછાણાંપર અર્ધી પાંથરવી, જેથી મેલી અને ધેાયલી ચાદરેાની વીંટ બીછાનાંની બરાબર વચે આવશે. આમ કીધા પછી દરદીને

ધોયલી ચાદરવાલા ભાગ તરફ ખસેડવો અને મેલી ચાદર કાઢી નાંખી ધોયલી ચાદરનો બાકીનો ભાગ પાંથરી દેવો. આમ કરતી વખતે સંભાળ રાખવી કે દરદીનાં ઓઢેલાં કપડાં નીકળી જઇ તેને પવન લાગે નહીં.

સ.—" ડ્રૉશીટ " (Draw-sheet) એટલે શું ?

જ.—સાધારણ ચાદરની ત્રણ ચાર પડમાં ઘડી વાળી દરદીનાં ખભાંથી તે ઘૂંટણ સુધી પાંથરેલી ચાદર. આ ચાદરની નીચે અથવા તેની ઘડીની વચમાં પાણી અથવા કોઇ પણ પ્રવાહી ચીજ દાખલ થાય નહીં તેવાં " વૉટરપ્રૂફ ".નો કડકો મેળવામાં આવે છે.

સ.—" ડ્રૉશીટ " શું કામમાં આવેછે ?

જ.—દરદીપર કાંઇ વાઢકાપ કર્યું હોય તે વેળા અથવા દરદીનાં જો પેટ છુટી ગયાં હોય તો તે વેળા બીછાનાંપર પાંથરેલી ચાદર ખરાબ નહીં થાય તે માટે " ડ્રૉશીટ " વાપરવામાં આવે છે.

સ.—" ડ્રૉશીટ " જે જગાએ પાંથરી હોય ત્યાંથી ખસી નહીં જાય તે માટે શું કરવું ?

જ.—ગોદડાંની કોર સાથે તેને "સેફ્ટીપીન" થી વળગાવી દેવી.

સ.—શરીરના કોઇ સાંધાઓપર આગ બળતી હોય તો તે નરમ પાડી સાંધાને રાહત આપવા માટે શું કરવું ?

જ.—શરીરના જે ભાગ અથવા સાંધાપર આગ બળતી હોય તેની ઉપર પાણી ટપકયા કરે તે માટે એક પાણીથી ભરેલું વાસણ લઇ તેમાં બારીક કાણું પાડી તે દુખતા સાંધાની બરોબર ઉંચે ટાંગવું, જેથી તેમાંથી પાણી સાંધાઓ ઉપર બરોબર ટપકયા કરે.

સ.—જે પાણી સાંધાપર ટપકે છે તેનું શું થાય છે ?

જ.—તે પાણી સાંધાપરથી ઉતરી સાંધાની નીચે મેળેલાં વૉટરપ્રૂફ કપડાં તરફ વહી ભોંય ઉપર રાખેલાં વાસણમાં જઇ પડે છે.

સ.—કોઇ દર્દી ઉઠી નહીં શકતો હોય તો તેને બીછાનાંમાંથી કેમ ઉંચકવો ?

જ.—બીછાણુાંની બંને બાજુએ બે માણસે ઉભા રહી એક માણસે દર્દીનાં ખભાં તથા બરડાની નીચે તથા બીજાએ થાપા તથા ઘૂંટણ નીચે પોતાના હાથ પસાર કરી દર્દીને ઉંચકવો તથા ત્રીજા માણસે માથું પકડવું.

સ.—ઉપલાજ દરદીના પગને ઇજા થઇ હોય તો તેને ઉંચકતી વેળા શું કરવું ?

જ.—તેના પગની સંભાળ રાખવાનાં કામને માટે એક માણુસને રાખવો.

સ.—દરદીને ઉંચકતી વખતે, જો તેના પગનું હાડકું ભાંગેલુ હોય તો, તેનો પગ કેમ ઉંચકવો ?

જ.—જયાં જખમ થયો હોય તેના ઉપરના ભાગપર એક હાથ અને તેની નીચેના ભાગપર બીજો હાથ એમ બંને હાથે તેને મજબુત પકડવો, જેથી તે ભાંગેલો પગ બરોબર હાથની પાટલીપર ગોઠવાઇ રહે.

સ.—દરદીને એક બીછાનાં ઉપરથી બીજાં બીછાનાંપર કેમ લઇ જવો ?

જ.—જો બંને બીછાનાં એકસરખી ઉંચાઇનાં હોય તો તેમને એકબીજાંની પાસે મુકવાં, અને ત્યારપછી દરદીનાં બીછાનાંપર પાંથરેલી ચાદર અને ધાબળી પકડીને ખેંચી કાઢવી જેથી દરદી પણ તેની સાથે ખેંચાઇ આવશે.

સ.—અશક્ત દરદીને ઉંચકવા માટે કામચલાઉ ઝોળી કેમ બનાવશો ?

જ.—દરદીનાં બીછાનાંનાં માથાં આગળથી એક માણસે અને પગ આગળથી બીજાં માણસે મળી એમ બે માણસોએ ઉભા રહીને બીછાનાંપર પાંથરેલી ચાદર અને ધાબળીની કોરો લઇને ઉંચી કરવી અને તેને ઉપરથી લંબાઇએ ગોળને ગોળ વીંટાળી દરદી સુતો હોય ત્યાંસુધી લાવવી અને ત્યારપછી તે મજબુત પકડીને તેમાં દરદીને ઉંચકીને બીજાં બીછાનાંપર લઇ જવો.

સ.—બીછાનાંની ઉપરજ દરદી અઢેલીને બેસી શકે તે માટે શું ગોઠવણ કરવી ?

જ.—એક ખુરસી લઇને તેને ઉલટાવી નાંખવી, જેથી ખુરસીની અઢેલવાની બેઠક નીચે આવે અને ખુરસીના પગ ઉપર જાય. તે પછી આવી રીતે ઉલટાવેલી અઢેલવાની બેઠક સાથે તકયાઓ મુકી ગાદી બનાવી તેને અઢેલાવીને દરદીને બેસાડવો. આવી બેઠકને અંગ્રેજીમાં "બેડરેસ્ટ" (Bed-rest) કહે છે.

સ.—દરદીનાં શરીરપર વહાડકાપ કીધું હોય તેવી વેળાએ અથવા અશક્ત હાલતમાં તેની ઉપર કપડાંનો ભાર નહીં પડે, તેટલા માટે કપડાં કેવી રીતે ઉંચાં રાખી શકાય ?

જ.—આવી રીતે કપડાં ઉંચાં રાખવા માટે નીચલી રીતે જુદી જુદી જાતનાં પીંજરાં (Cradles) બનાવવામાં આવે છે:—(૧) લોખંડના વાળેલા ચાર પાંચ સળીઆઓના છેડાને બે મોટા લાંબા સીધા સળીઆથી જોડી દઇ એક બુગડાનાં આકારનું પાંજરૂં બનાવવું. (૨) ઇજા પામેલા ભાગની ઉપર એક ત્રણ પગનું ટુલ ગોઠવીને મુકવું. (૩) એક ટોપીનો દાબડો

લઇ તે દાબડાની ઉપરની બાજુએથી અરધાં કુંડાળાંનાં આકારનાં બાકાં બને બાજુએથી એવી રીતે પાડવાં કે જેથી દરદીના પગ ઉપર તે બરોબર ઢંકાઇ રહે. દાબડાનું ઢાંકણું ગમે તેા દાબડાનાં તળ્યાંપર ઢાંકવું જેથી તેને મજબુતી મળે. (૪) એક "કૉર્કસ્ક્રુ" લઇને તેને ઓઢવાનાં કપડાંમાં બરોબર વચમાં ફેરવીને પસાર કરવું અને તેથી બહાર નીકળેલી "કૉર્કસ્ક્રુ"ની અણીમાં એક બુચ ચઢાવી "કૉર્કસ્ક્રુ"નાં હેંડલને એક દોરીથી બાંધી તે દોરીને માથાં આગળની દીવાલમાં મારેલા એક ખીલા સાથે મજબુત ખેંચીને બાંધી દેવી.

સ.—ખેારાક કયા બે મુખ્ય ભાગમાં વેંહેચાયલા છે?

જ.—પહેલા પ્રકારનેા ખેારાક શરીરના જુદા જુદા ભાગેાના વધ યાને ઉધરભાવ ચાલુ રાખે છે, જ્યારે બીજા પ્રકારનેા ખેારાક મુખ્ય કરીને શરીરમાંહેલી ગરમીને ચાલુ રાખે છે.

સ.—સઘળી જાતના ખેારાકેામાં કયાં રસાયણી તત્વેા સમાયલા છે?

જ.—કારબન, હાઇડ્રોજન, ઑકસીજન અને જુદી જુદી જાતના ખારો (Salts.)

સ.—પહેલા અને બીજા વર્ગના ખોરાકમાં શું ફરક હોય છે?

જ.—પહેલા વર્ગના ખોરાકો શરીરના ભાગોનો ઉધરભાવ ચાલુ રાખે છે, અને તેમાં ઉપલાં ત્રણ રસાયણી તત્વો (કારબન, હાઇડ્રોજન અને ઑકસીજન) ઉપરાંત વળી નાઇટ્રોજન પણ હોય છે.

સ.—જે ખોરાકો શરીરના ભાગોનો ઉધરભાવ ચાલુ રાખે છે, તે માંહેલા થોડાકનાં નામો આપો.

જ.—વગર ચરબીનું ગોસ્ત, પનીર, ઇંડાંની સફેદી, ઓટમીલ, મસુરની દાળ.

સ.—બીજા પ્રકારના ખોરાકો કયા?

જ.—જે ખોરાકોમાં ચરબીનો સમાવેશ હોય છે તે, જેવાકે, તેલ, ઘી, માખણ; ખાંડ, કાંજી અથવા ખેળવાલા પદાર્થો.

સ.—એક ખોરાકમાં ગરમી ઉત્પન્ન કરનારો ગુણ તે ખોરાકમાં સમાયલાં કયાં તત્વ ઉપર આધાર રાખે છે?

જ.—ખોરાક માંહેલા કારબન અને હાઇડ્રોજન સાથે ભેળેલી ઑકસીજનના જથા ઉપર ખોરાકનો ગરમી આપનારો ગુણ આધાર રાખે છે.

સ.—સર્વથી વધુ ગરમી કયા ખોરાક આપી શકે છે?

જ.—ચરબીનો ભેળ ધરાવનારા ખોરાકો.

સ.—ઠંડા મુલકમાં એક માણસને ચોવીસ કલાકમાં નાઇટ્રોજન અને કારબનના કેટલા જથાની જરૂર હોય છે?

જ.—ત્રણસો ગ્રેન નાઇટ્રોજન અને ૪૫૦૦ ગ્રેન કારબન.

સ.—ઉપર જણાવેલો જથો કયા સાદામાં સાદા ખોરાકમાંથી મેળવી શકાય?

જ.—પોણો રતલ માંસ અને બે રતલ રોટલીના ખોરાકમાંથી.

સ.—માંસને રોસ્ટ કરતી વખતે અથવા બાફતી વખતે તેને અતીશય ગરમી આપવાની જરૂર છે?

જ.—નહીં, પ્રથમ ગરમી એકદમ આપવી, જેથી માંસપર એક સફેદ પડ બંધાઇ જાય છે અને માંસ માંહેલો રસ તેથી ઉડી જતો અટકી શકેછે.

સ. સેરવો કેમ બનાવવો?

જ.—માંસને પ્રથમ ઠંડાં પાણીમાં મેળીને ધીમી આંચે તેને ઉકળે ત્યાં સુધી ગરમી આપવી, જેથી માંસ માંહેલો કસ પાણીમાં ઓગળશે.

સ.—દરદીના ઓરડામાં ખોરાક રાખવો સલામતીભરેલું છે?

જ.—નહીં. જ્યારે દરદી માટે જોઇએ ત્યારેંજ ખાણું ઓરડામાં લાવવું અને બાકી વધે તે એકદમ ત્યાંથી લઇ જવું.

સ.—પીવાનું પાણી બાહેર ઓરડામાં ખોલ્લું રાખવામાં કાંઇ અડચણ છે?

જ.—હા. પાણીને જો ખોલ્લું રાખવામાં આવે તો પાણીમાં હુવામાંહેલી ગૅસો ચુસવાનો ગુણ હોવાને લીધે હુવામાંહેલાં ઝેરી તત્વોને તે ચુસી લેછે.

સ.—દરદીને દુધ, કાંજી અથવા પાણી કેવાં વાસણમાં પીવા આપવું?

જ.—"ફીડીંગ કપ"માં.

સ.—દરદીને કાંઇ ચીજ પાવા માટે કેવી રીતે બીછાનાંમાંથી ઉઠાડવો?

જ.—તકયાની તળે ડાબો હાથ મુકી તેના ટેકાથી દરદીનું માથું અને ખભું ઉંચકવું.

સ.—તકયાથી ઉંચકવાની શી મતલબ?

જ.—કારણ કે તેમ નહીં કરવામાં આવે તો દરદીની ગરદન મરડઈ જાય અથવા માથું એક બાજુએ ઢળી જવાથી ગળવામાં દરદીને મુશ્કેલી પડે.

સ.—દારૂ અથવા કેફી પીણાંની શરીરપર કેવી અસર થાય છે?

જ.—પ્રથમ દારૂ અથવા કેફી પીણાંથી ગરમી જેવું લાગે છે, કારણ કે તેથી હરૂદય ઘણું જોરથી ચાલે છે અને જ્ઞાનતંતુઓને જે કામ બજાવવાનું હોય છે, તેમાં ખલલ થાય છે. તેમ થયાથી શરીરમાંહેલું લોહી સપાટી ઉપર ચામડી આગળ ધસી આવે છે, પણ શરીરમાં ઠંડી ગરમી રાખવાની રચનામાં અડચણ થયાથી સપાટીપર વધી ગયલી ગરમી ઉતરી જાય છે, અને આખું શરીર ધીમે ધીમે ઠંડું થતું જાય છે.

સ.—દરદીને ટકાવી રાખવા માટે દારૂ અથવા એવુંજ કાંઇ પીણું ક્યારે આપવું?

જ.—જ્યારે ડાક્તર હુકમ કરે ત્યારેજ અને ફરમાવે તેટલાજ જથામાં આપવું.

પ્રકરણ ૪ થું.

સ.—ટાઢનું લખલખું (Rigors) તે શું ?

જ.—જુદા જુદા પ્રકારની બીમારી વેળાએ ટાઢ વાગી આખું શરીર ઠરઠર કાંપવા માંડે તેને ટાઢનું લખલખું કહે છે.

સ.—કઇ માંદગીની નીશાની ટાઢનાં લખલખાઁ-થી માલમ પડે છે?

જ.—સઘળી જાતની તાવમાં અને સોજામાં.

સ.—જ્યારે કોઇ દરદીને ટાઢનું લખલખું ભરાઇ આવ્યું હોય અને તેની બગલમાં,તાવ માપવા "ઠરમૉમીટર" મુકવામાં આવે તો શું માલમ પડે ?

જ.—જો કે દરદી ટાઢથી કાંપે છે અને ઠંડી લાગવાની ફરયાદ કરે છે, તોપણ તેનાં શરીરમાં તાવ વધંતી જતી માલમ પડે છે.

સ.—કયાં દરદમાં ટાઢનું લખલખું ઘણું ખરૂં લાંબો વખત સુધી ટકે છે ?

જ.—"ન્યુમોન્યા" અથવા ફેફસાંના સોજામાં.

સ.—ટાઢનું લખલખું કયે વખતે અને કઇ તારીખે ભરાઇ આવ્યું તેની ખાસ નોંધ લેવાની શું જરૂર છે?

જ.—હા. કારણ કે તાવની ચાલુ બીમારીમાં તાવ કયારથી શરૂ થયો તેની નોંધ ટાઢનાં પહેલાં લખલખાંની વીગત ઉપરથી મળી આવેછે.

સ.—ટાઢનું લખલખું ભરાઇ આવે ત્યારે શું એલાજ કરવો?

જ.—દરદીને ગરમ કપડાં ઓઢારવાં અને તેના હાથપર અને પગપર ગરમ બાટલીના સેક કરવા તથા ગરમ ચાહ અથવા કાફી પીવા આપવી. ગરમ પાણી ને બ્રૅન્ડી આપે તો કંઇ હરકત નહીં.

સ.—ઉંઘ શાને કહે છે?

જ.—ભેજાંને આસાએશ આપવાના વખતને ઉંઘ કહેછે.

સ.—ઉંઘતી વખતે ભેજાંમાં લોહીનો જથો વધે છે કે ઓછો થાયછે?

જ.—ઓછો થાયછે. ભેજાંને આસાએશ મળવા માટે જાગરૂત હાલત કરતાં ઉંઘતી હાલતમાં ભેજાંપર થોડાં લોહીના પ્રવાહીની જરૂર છે. આપણે જ્યારે સુતાં સુતાં કાંઇ વીચાર કર્યે છૈયે ત્યારે લોહી મોટા જથામાં ભેજાં તરફ વહેવાથી ભેજું જાગરૂત રહેછે, અને તેથી ઉંઘ આવતી નથી.

સ.—દરદીની ઉંઘના સંબંધમાં કઇ બાબદોની ખાસ નોંધ લેવાની જરૂર છે?

જ.—દરદીએ કેટલી ઉંઘ કહાડી, કેટલો વખત સુધી તે ઉંઘાયો; દરદી શાંત મને ઉંઘાયો કે ઘડી ઘડી જાગરૂત થયા કીધો; ઉંઘઇ ઉઠયા પછી દરદીને કાંઇ રાહત મળી કે કેમ, વગેરે બાબદો ખાસ ધ્યાન રાખવા જોગ છે.

સ.—કેવા સંજોગો હેઠળ દરદીને ઉંઘમાંથી જગાડી દવા અથવા પોષણકારક ખોરાક આપવાની જરૂર છે?

જ.—દરદી નબળો પડી ગયાથી ઉંઘતો હોય તે વેળા દરદીને ખાસ જગાડીને દવા વગેરે આપવું; નહીંતો કોઇકવાર તેનું મરણ પણ નીપજેછે.

સ.—કયા સંજોગો ઉંઘ લાવવામાં મદદગાર થઇ પડે છે?

જ.—એકાંત અને અંધારો ઓરડો. ઉંઘ બીલકુલ નહીંજ આવતી હોય તો માથાંને ઠંડક કરવાથી અને પગ ગરમ રાખવાથી ઉંઘ આવે છે.

સ.—દરદીને ઉંઘ લાવવા માટે કાંઇ કેફી ચીજ આપવાની જરૂર છે?

જ.—ડાકતર સલાહ આપે તોજ તેવી ઉંઘ લાવનારી દવા આપવી, નહીં તો બીલકુલજ નહીં; કારણ કે તે લેવાની ટેવ પડી જાય છે, જે નુકશાનકારક છે.

સ.—દરદી પોતાને થતી વેદનાની જે હકીકત આપે તે ખરી માની તે ઉપરથી શું તમે અમલ કરી શકશો?

જ.—નહીં, કારણ કે કેટલાક દરદી થોડું દુઃખ ખમવાને અશક્ત હોય છે, અને તેથી તેને તે મોટું રૂપ આપે છે.

સ.—દરદીને થતી વેદનાના સંબંધમાં કઇ બાબદ ખાસ ધ્યાનમાં લેવા જોગ છે?

જ.—વેદના કયાં, કેટલી, અને કેવી જાતની થાયછે તે તપાસવું. હીલચાલ કીધાથી તેપર કાંઇ અસર થાયછે કે કેમ અને કેવી હાલતમાં દરદીને રાહત મળે તે જાણુવાની કોશેશ કરવી.

સ.—કયાં દરદમાં દરદી એકજ બાજુએ સુઇ રહેછે?

જ.—ફૈફસાંનાં દરદમાં તથા પાંસલીઓ ભાંગી ગઇ હોય તે વેળા.

સ.—પેટમાં ચુકો થઇ આવે તો કેવી હાલતમાં દરદીએ સુવાથી દુઃખ નરમ પડે છે?

જ.—પેટમાં કાંઇ નરમ કપડું દાબીને ઉંધે મસ્તક સુવાથી.

સ.—ચાલુ તાવમાં દરદી જો ચત્તો સુઇ રહે તો તેથી શું ગેરફાયદો થાય ?

જ.—ફેફસામાં લોહીની ગાંઠ બંધાઇ જાયછે, જે જોખમભરેલું છે, માટે દરદીને અવાર નવાર કોર વળાવવી.

સ.—નબળાઇ થઇ હોય તેવી વેળા ચામડીનો રંગ કેવો હોયછે ?

જ.—સેહજ આસમાની.

સ.—જીભ તપાસવાનો ઉત્તમ વખત કયો ?

જ.—ભોજન લેવા આગમજ.

સ.—ભુખ અને ખોરાક લેવાના સંબંધમાં કઇ બીના ધ્યાનમાં લેવી ?

જ.—કેટલો ખોરાક લીધો તે; ખોરાક લેહઝતથી લીધો કે અણગમાથી, તેથી દરદીનું પેટ ભરાયું કે કેમ; ખોરાક લીધાથી દરદીને કાંઇ વેદના થઇ કે કેમ.

સ.—તરસ શાથી લાગેછે?

જ.—લોહીમાંહેલાં પ્રવાહી પદાર્થનો જથો કમી થવાના સબબે.

સ.—તરસ શાથી મટેછે?

જ.—સેહજ ખટાશવાલી ચીજોથી.

સ.—કુકાં પાણીથી તરસ કાં મટેછે?

જ.—કારણકે તેથી મોંઢા માંહેલું રાતું પડ નરમ થાય છે.

સ.—ઉલટી કેવી રીતે થાયછે?

જ.—પ્રથમ એક ઉંડો દમ ખેંચવામાં આવે છે અને ગળાંનો સાંકડો ભાગ બંધ થઇ જઇ પેટનાં સ્નાયુઓ સંકોચાય છે. આમ થયાથી હોજરીપર દબાણ થાય છે, અને તેથી હોજરીમાંહેલો ખોરાક બાહેર ધસી આવે છે.

સ.—ઉલટી કયાં કારણોને લીધે થાય છે?

જ.—(૧) હોજરીને લગતાં કારણથી એટલે ખોરાકમાં કાંઇ ફેરફાર થવાથી, પીત્ત થવાથી અથવા આંતરડાંના માર્ગમાં કાંઇ અડચણ થવાથી. (૨) ભેજાંને લગતાં કારણથી, એટલે માથે કરમ ચઢવાથી અથવા બીજી કોઇ બીમારીથી.

• સ.—હોજરીને લગતાં અથવા ભેજાંને લગતાં કારણથી ઉલટી થઇ છે એમ કેમ પારખી શકાય?

જ.—જો ઉલટી થવા આગમજ ફેર આવે અને તે પછી ઉલટી થયાથી જો દરદીને આરામ થાય તો તે ઉલટી હોજરીને લગતાં કારણથી થયલી જાણવી, પણ જો ઉબકો આવ્યા વગર હોજરી ખાલી હોયા છતાં ઉલટી થાય તો તે ભેજાંને લગતાં કારણને લીધે થયલી જાણવી.

સ.—ઉલટી આવે તે વેળા શું કરવું? •

જ.—દરદીને સુવાડી, કપડાં ઢીલાં કરી સ્વચ્છ હવા આવવા દેવી અને દરદીને બરફ આપવું અને તે તદન પીગળી જાય તે આગમજ તેને ગળાવી દેવું.

"મેગનેસ્યા" અથવા "બાઇ કારબોનેટ ઓફ સોડા" થી પણ દરદીને રાહત મળેછે.

સ.—ઝેર ખાધાથી ઉલટી થાય તો શું કરવું ?

જ.—ફુકું પાણી અથવા એક ચમચી મીઠું અથવા એકથી બે ચમચી રાઇ લઇ તે પાણીમાં ભેળી પાઇ ઉલટી ચાલુ રાખવાની તજવીજ કરવી. તે પછી માખણ, મીઠું તેલ અથવા દુધ પાવું જેથી ઝેર શરીરમાં પૂરી વળતું અટકે છે.

સ.—ઠાંસો કેવી રીતે થાયછે ?

જ.—પેહેલાં દમ જોરથી લેવામાં આવેછે, અને ગળાંનો સાંકડો ભાગ બંધ થઇ એકદમ ઉંઘડી જાયછે, અને હવા બાહેર ધસી આવે છે. ઠાંસો થવાનું કારણ દમ લેવાના માર્ગમાં કાંઇ નકામી ચીજ આડે પડવાનું હોયછે.

સ.—બીજાં કયાં કારણથી ઠાંસો થાયછે?

જ.—ગળાંના અથવા દમ લેવાના માર્ગના કોઇક ભાગનાં અંદરનાં પડના સોજાને લીધે ઠાંસો થાયછે. વળી હોજરી અને ભેજાંના દરદને લીધે પણ થાયછે.

સ.—ઠાંસાના સંબંધમાં કઈ બાબદની નોંધ રાખવાની જરૂર છે?

જ.—ઠાંસો કેટલીવાર થાય છે; કેટલો સખત થાય છે અને તે કેટલો વખત ચાલુ રહે છે, કોઇ કારણને લીધે તે થયો છે કે કેમ, તે કેવી જાતનો છે, તે સુકો છે કે ચીવટ; તે ખોખરા અવાજવાલો છે કે કેમ વગેરે તપાસવું.

સ.—ઠાંસો એકદમ આવી તુર્ત બંધ પડે તો તે શાની નીશાની?

જ.—ફેફસાંપર આવેલા સોજાની.

સ.—કફ કયા કયા આકારમાં પડેછે?

જ.—થુંક જેવો; પરૂ જેવો; લોહીવાલો; કોહી ગયો હોય તેવા વાસનો.

સ.—ઉલટીના સંબંધમાં કઇ બાબદની નોંધ લેવી?

જ.—તે પ્રમાણમાં ઓછી થાયછે કે કેમ અને લાંબે તફાવતે થાયછે કે કેમ.

સ.—"સ્ત્રીકન્યા" ઝેર દવામાં જોઇએ ત કરતાં જો વધુ અપાઇ જવાય તો તેથી શું અસર થાયછે?

જ.--સ્નાયુઓમાં ખેંચતાણ થઇ તે અકડી જાયછે.

સ.—દવામાં વધુ પ્રમાણમાં પડેલાં સોમલ તથા "બેલોડોના"ની શું અસર થાયછે?

જ.—સોમલથી (Arsenic) પેટમાં દુખારો થાય છે અને "બેલાડોના"થી (Belladona) ગળું સુકાઇ જાય છે, રાતી અલાઇ થાય છે અને આંખની કીકી મોટી થાય છે.

સ.—નાડ (Pulse) શાને કહેછે?

જ.—હરૂદયના સંકોચાવાથી દર વેળા લોહીના પસાર થતા મોજાથી ધોરીનસોમાં થતા ધબકારાને નાડ કહેછે.

સ.—શરીરના 'કયા ભાગપર ઘણીખરી નાડ તપાસવી?

જ.—પોંહુચાની બરોબર ઉપર આવેલી અંગુઠા તરફની ધોરીનસ (Radial artery) દાબ્યાથી નાડી તપાસી શકાય છે, કારણકે તે ઠેકાણે તે સપાટી ઉપર આવેલી હોવાથી તેમજ તે જગા સગવડભરેલી હોવાથી ત્યાં નાડ તપાસવામાં આવે છે.

સ.—નાડ કેમ તપાસવી?

જ.—પહેલાં બે આંગલાંની ટીચકી ધોરીનસપર મેળી તેના ધબકારા ગણવા.

સ.—તંદરોસ્ત હાલતમાં એક મીનીટમાં નાડના કેટલા ધબકારા થાયછે?

જ.—મોટા માણસમાં ૭૦થી ૮૦; ભર જુવાન્યામાં ૮૦થી ૧૦૦; નાના બચ્ચાંમાં ૧૦૦થી ૧૨૦ સુધી.

સ.—એક માણસ એક મીનીટમાં કેટલીવાર દમ લઇ શકેછે?

જ.—પંદરથી વીશ વાર.

સ.—શરીરમાં સાધારણ ગરમી કેટલી રહે છે અને તે કેવી રીતે તપાસી શકાયછે?

જ.—તંદરોસ્ત માણસના શરીરમાં ૯૮.૪ ડીગ્રી ગરમી સાધારણ રીતે હોય છે, અને તે "થરમૉમીટર"થી માપી શકાયછે.

સ.—થરમૉમીટરમાં ઓછામાં ઓછી કેટ ડીગ્રી માંડેલી હોય છે, અને ગરમી માપવા તે મેલ્યા આગમજ શું કરવું?

જ.—૯૫ ડીગ્રી. થરમૉમીટર શરીરમાં મુકયા આગમજ તેના પારાને ૯૫ ડીગ્રી સુધી નીચે હલાવીને નીચે ઉતારવો.

સ.—ગરમી માપવા માટે થરમૉમીટર શરીરના કયા ભાગમાં મેળવું?

જ.—બગલમાં અથવા જીભ નીચે મોઢાંમાં.

સ.—થરમૉમીટર બગલમાં મેલ્યા આગમજ શું સાવચેતી રાખવી?

જ.—બગલ બરોબર લુછી નાંખવી, કારણ કે પરસેવાને લીધે ગરમી બરોબર ચોકસ માપી શકાય નહીં.

સ.—દરદીનાં શરીર માંહેલી ગરમી દહાડામાં કેટલીવાર અને કયે કયે વખતે માપવી?

• જ.—દીવસમાં બે વાર સહવારે અને રાત્રે, નવ અને દસ વાગાની વચે.

સ.—ઠંડાં પાણીથી નાહ્યાથી શું અસર થાય છે?

જ.—ગરમ પાણીથી તદન ઉલટીજ અસર થાય છે. ઠંડાં પાણીથી શરીરની બારીક રગો સંકોચઇ લોહી શરીરના અંદરના ભાગમાં દોડે છે. તે પછી તે બારીક રગો પાછી ફુલાયાથી લોહી મોટા જથામાં શરીરની સપાટીપર ધસી આવી એક જાતની ગરમી ઉત્પન્ન કરે છે.

સ.—ફુકાં પાણીની ગરમી કેટલી હોયછે અને તે શું કામમાં વપરાય છે?

જ.—૮૫ થી ૯૫ ડીગ્રી. ફુકું પાણી સાફસુફ કરવાનાં કામમાં આવે છે.

સ.— સાધારણ ગરમ પાણીની કેટલી ગરમી તથા તેનો શું ઉપયોગ કરવામાં આવે છે?

જ.—૯૬ થી ૧૦૪ ડીગ્રી. સાધારણ ગરમ પાણી જ્ઞાનતંતુઓને જોશ આપે છે, અને ચામડી તરફ તેથી સહેજ લોહી વહેછે.

સ.—ગરમ પાણીમાં કેટલી ગરમી હોય છે અને તેનાથી નાહ્યાથી શું અસર થાયછે?

જ.—૧૦૫ થી ૧૧૦ ડીગ્રી. ગરમ પાણીથી નાહ્યાથી ચામડીની બારીક રગો ફુલે છે, અને તેથી લોહી મોટા જથામાં સપાટી ઉપર આવેછે, અને ગરમી ઉત્પન્ન કરે છે. નાડ અને દમ જોરમાં ચાલેછે, અને પુષ્કળ પરસેવો છુટેછે.

સ.—ગરમ પાણીએ નાહ્યા પછી સરદી શાને લીધે લાગેછે?

જ.—ચામડીની બારીક રગો અને છીદ્રો ફુલી જવાથી હવાની ભીનાસનો પ્રવાહ તેની અંદર સેહેલાઇથી આમેજ થવાથી.

સ.—ઘણુંજ ગરમ પાણીની ગરમી કેટલી ડીગ્રી હોયછે?

જ.—૧૧૦ થી ૧૨૦ ડીગ્રી.

સ.—થરમૉમીટરની ગેરહાજરીમાં પાણીની ગરમી કેમ અટકળી શકાય?

જ.—હાથની કોણી આગળનાં કપડાં કાઢી નાંખી તે પાણીમાં ખુલી બોળ્યાથી.

સ.—દરદીને ઠંડાં પાણીની ચાદર (Wet sheet packing) કેવી રીતે ઓઢારવી અને તેમ કરવાનું કારણ શું?

જ.—બીછાનાંપર પ્રથમ પાણી દાખલ નહીં થાય તે માટે એક વૉટરપ્રૂફ કપડાંનો કટકો પાંથરવો અને તેની ઉપર એક ધાબળી પાંથરી તે બંને ઉપર

થંડાં પાણીમાં ભીંજવેલી ચાદર પાંથરવી અને ત્યાર પછી તે ભીણી ચાદર દરદીનાં શરીરની આસપાસ વીંટાળવી; ત્યારપછી ધાબળી અને તે પછી બીજી ધાબળીઓથી દરદીને ઢાંકવેા. આમ કીધાથી ચામડીનાં છીદ્રેા તથા રગેા સંકેાચાય છે અને શરીરની સપાટી-પરની ગરમી ચુસાઇ જાયછે.

સ.—ચાંદાં (Bed-Sores) શાથી પડેછે?

જ.—એકને એક ઠેકાણે સુઇ રહ્યાથી થતાં ચાલુ દબાણને લીધે ચામડીને કેાહવાટ લાગુ પડી ચાંદાં પડે છે. કેટલીક વાર ચાદરની ઘડી અથવા રાત્રે પહેરી સુતેલાં કપડાંની કરચલી વળ્યાથી અથવા તેા ખાવાની ચીજના કટકાઓની અથવા કાંકરાની રજકણેા ખુંચ્યા કીધાથી ચાંદાં પડે છે.

સ.—કયાં દરદમાં ચાંદાં ઘણાંખરાં પડેછે?

જ.—નબળાઇ લાવનારી ચાલુ તાવ અને લકવા-ની બીમારીમાં.

સ.—ચાંદાં પડતાં કેમ અટકાવી શકાય ?

જ.—દરદીની ચાદર બદલતી વેળા અથવા તેને નહુવાડતી વેળા તપાસ રાખવી કે શરીરનો કોઇ ભાગ શકમંદ રીતે લાલ થયો હોય તો "સ્પીરીટ" અને પાણી અથવા સરકો અને પાણીથી તે ભાગ ધોઇ નાંખવો.

સ.—જો ચાંદુ પડી ચુકયું હોય તો શું કરવું ?

જ.—ચાંદાંપર દબાણ નહીં થાય તે માટે તેને બે નરમ ગાદી આપી ચાંદુ વચમાં રાખવું અને તેને "બોરીક" મલમ લગાડવો.

સ.—બચાંઓને પેટ આવ્યા કરવાનું સાધારણ કારણ શું હોયછે ?

જ.—બચ્ચાંને આપવાના ખોરાકમાં થયલી કાંઇ ભુલનાં પરીણામે.

સ.—બચાંને ઉપલ્યુ થઇ આવે તો શું કરવું ?

જ.—બચાંને રાઇ અને ગરમ પાણીથી ભરેલાં ટબમાં ગળાં સુધી બેસાડવું અને તેનાં મોઢાંપર ઠંડાં પાણીના ફટકા મારવા.

સ.—દાકતર દરદીની મુલાકાતે આવવાનો હોય તે આગમજ શું ગોઠવણુ કરી રાખવી ?

જ.—ગરમ અને ઠંડું પાણી, કારબોલીક સાબુ, અને એક સોજો તુવાલ તૈયાર રાખવાં. દરદીને કેટલી તાવ છે તે નોંધી રાખવી અને દાકતર છેલ્લો આવી ગયા પછી દરદીમાં કાંઇ ફેરફાર થયો હોય અથવા તેનામાં કાંઇ નવાં ચીન્હો જણાયાં હોય તો તે લખી રાખવાં. જો દરદીપર કાંઇ વહાડકાપ કીધું હોય તો સોય, ટાંચણી, કાતર, અને જખમ રૂઝ લાવવા માટે જોઇતી સરવે ચીજો તૈયાર રાખવી.

પ્રકરણ ૫ મું.

સ.—દરદીને સેક કેવી રીતે કરી શકાય?

જ.—ભીનો અથવા સુકો સેક.

સ.—પોલ્ટીસ કયા પ્રકારનો સેક છે અને તેથી શું અસર થાય છે?

જ.—પોલ્ટીસ ભીના પ્રકારનો સેક છે, અને તેથી ગરમી અને ભીનાસ બંને મળેછે, દરદીને આરામ થાય છે અને પરૂ બહાર નીકળવામાં મદદ કરે છે.

સ.—સોજો થયો હોય તેમાં પોલ્ટીસ કેવી રાહત આપેછે?

જ.—સોજાને લીધે અંગને થયલી કઠણાશ અને તેની અંદર થતો ખેંચાવો તે નરમ પાડી દુખાવો ઓછો કરે છે.

સ.—સોજામાં કેવી પોલ્ટીસ કરવી?

જ.—પોલ્ટીસ મોટી હોવી જોઇએ અને દર્દીથી ખમાઇ શકાય એટલી ગરમ તે હોવી જોઇએ.

સ.—સાધારણ વપરાસમાં કઇ જાતની પોલ્ટીસ કામ આવે છે?

જ.—અળસીની, થુલાંની, કોલસાની, રાઇની, અને પાંઉની.

સ.—અળસીની પોલ્ટીસ કેમ બનાવવી?

જ.—એક વાસણુ લઇ તેને ચુલાપર મુકી ખુબ તપાવીને તેમાં પુરતું ઉકળતું પાણી નાંખવું અને ત્યારપછી ડાબે હાથે તેમાં અળસીનો આટો ભભરાવતા જઇ જમણા હાથે ફેરવતા જવું. જ્યારે તેમાંથી ચીકાસ જતો રહી કાપી કાઢતાં બરોબર ચોસલાં પડે તો તે સારી રીતે થયલી જાણવી.

સ.—અળસીની પોલ્ટીસ શા ઉપર પાંથરવી?

જ.—કપડાંના ટુકડા ઉપર, નાલ્યેરના છુંછાપર અથવા "બ્રાઉનપેપર" ઉપર.

સ.—પાઉંની પોલ્ટીસ શું ઉપયોગમાં આવેછે?

જ.—અળસીની પોલ્ટીસના જેટલીજ તે ગરમી અને ભીનાસ આપેછે.

સ.—અળસીને બદલે પાઉંની પોલ્ટીસ કયારે વાપરવી ?

જ.—જ્યારે નાની પોલ્ટીસ બનાવવાની હોય છે ત્યારે, કારણ કે પાંઉંની પોલ્ટીસ અળસીની પોલ્ટીસ કરતાં વધારે જલદીથી છુટી પડી જાયછે.

સ.—પાઉંની પોલ્ટીસ કેમ બનાવવી ?

જ.—સુકું પાઉં લઇ તેના કકડા કરવા અને એક વાસણને તપાવી તેમાં ઉકળતું પાણી નાખવું અને તેમાં પાઉંના ટુકડા નાંખી તેને ફેરવ ફેરવ કરવું. ત્યાર પછી વાસણપર કાંઇ રકાબી ઢાંકી પાંચ મીનીટ સુધી રેહવા દેવું. વધારાનું પાણી કાઢી નાંખી તેના માવાને ઉપયોગમાં લેવો.

સ.—કોલસાની પોલ્ટીસ કેમ બનાવવી ?

જ.—અળસીની અથવા પાઉંની પોલ્ટીસમાં પા થી અરધો આઉંસ કોલસાનો ભુકો નાખી બનાવવી.

સ.—કોલસાની પોલ્ટીસ શામાં કામ આવે છે?

જ.—રોગી અથવા વાસ મારતાં ચાંદાં ઉપર.

સ.—રાઇની પોલ્ટીસ બનાવવામાં ઠંડું પાણી શા માટે નાંખવું?

જ.—કારણકે ઉકળતાં પાણીથી રાઇનાં જલદ-પણાંની અસર તુટી જાયછે.

સ.—રાઇ એકદમ ચામડીને લગાડશો?

જ.—નહીં, મલમલમાં તેને વીંટાળીને પોલ્ટીસ કરવી.

સ.—દરદીને પોલ્ટીસ કેમ કરવી?

જ.—પ્રથમ દરદીનાં કપડાં ઢીલાં કરી તેને તૈયાર કરવો, ત્યારપછી પોલ્ટીસ તૈયાર કરી ડાબા હાથની હથેલી ઉપર તે મેળી નીચલો ભાગ દરદી તરફ લઇ જઇ આખી પોલ્ટીસ ધીમે ધીમે લગાડી દેવી.

સ.—જો પોલ્ટીસ મોટી હોય તો તે કેમ રાખી મેળવી?

જ.—ત્રીકેાણાકાર પાટાથી અથવા કપડાંથી બાંધી રાખવી.

સ.—અળસીની પેાલ્ટીસ બદલવા આગમજ દરદીનાં શરીરપર તે કેટલેા વખત સુધી રાખી મેળવી?

જ.—બેથી ત્રણ કલાક.

સ.—ભીના શેકથી શું અસર થાયછે?

જ.—પેાલ્ટીસના જેટલીજ અસર થાયછે.

સ.—ભીનેા સેક કેમ કરવેા?

જ.—ગરમ પાણીમાં ફ્લેનલ બેાળી કાઢી તે નીચવી નાંખી સેક કરવેા.

સ.—હાથ દઝાડયા વગર ઉકળતાં પાણીમાંથી ફ્લેનલ કેમ નીંચવી કાઢવી?

જ.—ફ્લેનલને ગરમ પાણીમાં નાંખ્યા આગમજ એક ટુવાલ લઇ તેને બે પડમાં વેંહેંચી તેમાં ફ્લેનલને મુકીને પાણીમાં બેાળી ટુવાલને છેડે બે લાકડીના ટુકડા બાંધી તેથી વળ આપી પાણી કાઢી નાંખવું.

સ.—" સ્પનજીઓ પાઇલીન" (Spongio-Piline) શું છે?

જ.—" સ્પન્જીઓ પાઇલીન" એક એવી જાતનું કપડું છે કે જે એક બાજુએ નરમ ફ્લેનલ જેવું હોય છે અને બીજી બાજુએ પાણી દાખલ નહીં થઇ શકે તે માટે " ઇંડયા રબરનાં સોલ્યુશન " થી કાળું રંગેલું હોય છે, અને તે સેક કરવામાં કામે લાગે છે.

સ.—સેક કરતી વખતે કેવા દરદી માટે ખાસ સંભાળ રાખવાની જરૂર છે?

જ.—બેશુદ્ધ હાલતવાળાં માણસના સંબંધમાં તથા લકવાથી પીડાતા દરદીના સંબંધમાં.

સ.—" બ્લીસ્ટર " મારવાનો શું મતલબ?

જ.—શરીરના અંદરના ભાગ ઉપર દુખારો થાય છે, ત્યારે શરીરના બહારના ભાગપર જે ઠેકાણેથી દુખારો થતો હોય તે જગાએ " બ્લીસ્ટર " મારવાથી શરીરની અંદરના ભાગમાં થયલો લોહીનો ભરાવો ઓછો થાય છે.

સ.—"બ્લીસ્ટર" ઉઠાડવા માટે કઇ દવા વપરાય છે?

જ.—"કેનથેરીડાઇન પ્લાસ્ટર" (Cantharidine Plaster) જે એક જાતની લીલી પાંખવાલી માખમાંથી બનાવેલી એક જાડી પટી હોય છે તે અથવા "બ્લીસ્ટરીંગ ફલુઇડ" (Blistering Fluid) નામની એક જાતની પ્રવાહી દવા. "બ્લીસ્ટર" માર્યાથી જે પ્રવાહી નીકળેછે, તે આજુબાજુની ચામડીમાં ઝણઝણાત પેદા કરેછે.

સ.—"બ્લીસ્ટર" રૂઝ વળવા માટે શું લગાડશો?.

જ.—ઘાનાં કપડાંપર સાદો મલમ અથવા "વેસેલીન" લગાડવાં.

સ.—એક જળોનું મોહું કેવું હોયછે અને તે કેટલું લોહી કાઢી શકેછે?

જ.—એક જળોનું મોહું ત્રીકોણાકાર હોય છે અને તે બેથી ચાર ચમચી જેટલું લોહી ચુસી કાઢે છે.

સ.—જળો શરીરના કયા ભાગપર લગાડવી?

જ.—હાડકાંવાલી સપાટીપર, કારણ કે જો તે જળો હરકત કર્ત્તા માલમ પડે તો દબાણુથી લોહી બંધ કરવાને બની આવે.

સ.—જળો લોહી પી ધરાય તે આગમજ કાઢી નાંખવી હોય તો શું કરવું ?

જ.—જળોપર મીઠું નાંખ્યાથી તે નીકળી જશે.

સ.—મોઢાંમાં જળો મુકતી વખતે શું સાવચેતી રાખવી ?

જ.—એક જાડા દોરાથી તેને બાંધી દોરાનો છેડો બહાર રાખવો જેથી જરૂર પડતાં તે દોરાથી તેને ખેંચી કાઢવી.

સ.—જો દરદીથી જળો ગળાઇ જવાય તો શું કરવું ?

જ.—દરદીને મીઠાંનું પાણી પાઇ ઉલટી કરાવવી.

સ.—બાફ એટલે શું ?

જ.—દવાનો ધુંવો અથવા વરાળ દમમાં લેવા તેને બાફ કહે છે.

સ.—કામરાંની ગાદી બનાવતી વખતે કઇ ચીજ ધ્યાનમાં રાખવી ?

જ.—ગાદી સફાઇદાર તથા કામરાં કરતાં મોટી જોઇએ, જેથી કામરાંની કેાર ખુંચે નહીં.

સ.—રેહુવા માટે એક ઘરની પસંદગી કરતી વેળા કઇ બીનાપર ધ્યાન આપવું ?

જ.—તે ઘેર સરદીવાલું નહીં હેાય ; તેમાં સુરજનાં તડકાંનેા આવજા સંપુર્ણ હેાય તથા પાણી બહાર કાઢી નાંખવા માંટે મેારી તથા ગટરને લગતી પુરતી ગેાઠવણ હેાય.

સ.—રાત્રે દારૂ વગેરે કેફી પીણું પીવું શા માટે નુકસાનકારક છે ?

જ.—દારૂથી હરૂદય ઘણું ઝડપથી ચાલેછે, જ્યારે રાતની વેળા હરૂદયને સંપુર્ણ આસાયશની જરૂર છે.

સ.—પેહરવાનાં કપડાંની શું ખુબી હેાવી જોઇએ ?

જ.—તે ગરમ અને વજનમાં હલકાં હોવાં જોઇએ.

સ.—ફ્લેનલ શું બીજાં કપડાં પહેર્યા આગમજ ચામડીને અડાડીને પહેરવી ?

જ.—હા, ખાસ કરી જેઓ સંધીવાથી પીડાતા હોય તેમને માટે તો તેમ કરવું ખાસ અગતનું છે.

સ.—એક ચમચીનું માપ કેટલું ?

જ.—એક ડ્રામ.

સ.—એક મોટા ચમચામાં કેટલી ચમચીના જેટલું પ્રવાહી રહી શકે ?

જ.—ચાર ચમચીનાં જેટલું.

સ.—ઘાનાં કપડાંની કઇ બાજુ જખમપર મેળવી ?

જ.—સફાઇદાર સપાટીવાલી.

સમાપ્ત.